ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

Πνευματικά μαργαριτάρια

για μια φωτισμένη ζωή

Spiritual Pearls



ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

Πνευματικά μαργαριτάρια

ΓΙΑ ΜΙΑ ΦΩΤΙΣΜΕΝΗ ΖΩΗ

Τίτλος πρωτοτύπου: *Spiritual Pearls for an Enlightened Life*

45 175 Naperville Rd., Naperville. IL 60563
and 2 Canal Road, Vijay Nagar, Delhi 110009, India

Υπεύθυνος για την Ελλάδα :
Dr. Γαβριήλ Σιμονέτος
Email : gaby.simonetos@gmail.com
Κολοκοτρώνη 28 - Φιλοθέη - Τ.Κ. 152 37
Tel.: 6932233989

Επιστήμη της Πνευματικότητας
Email Γραμματεία : sos.satsang@gmail.com
Χαλκηδόνος 3, 11527 Athens – Greece

Science of Spirituality : **https://www.sos.org/el/**



ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
http://www.sos.org/el

ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

Πνευματικά μαργαριτάρια

ΓΙΑ ΜΙΑ ΦΩΤΙΣΜΕΝΗ ΖΩΗ



ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
http://www.sos.org/el

Περιεχόμενα

Επιτυχία και επίτευξη στόχων

Άσε το να φύγει

Επιμονή

Αισιοδοξία

Ανιδιοτελής προσφορά

Εντιμότητα και φιλαλήθεια

Ταπεινότητα

Αγάπη για τα ζώα



*Μία εμπνευσμένη συλλογή από ιστορίες και
διηγήματα από τις σοφές παραδόσεις του κόσμου,
που δίνουν καθοδήγηση για μια φωτισμένη ζωή.*

*Αυτό το βιβλίο αφιερώνεται από τον
Διδάσκαλο Ρατζίντερ Σινγκ
στους πνευματικούς του Διδασκάλους,
Σαντ Κιρπάλ Σινγκ Τζι Μαχαράτζ
και Σαντ Ντάρσαν Σινγκ Τζι Μαχαράτζ,
για το πνευματικό Φως που έφεραν στον κόσμο.*

Για το Συγγραφέα

Ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ είναι ένας από τους παγκοσμίως εξέχοντες ειδήμονες στο διαλογισμό. Έχει παρουσιάσει μια αποτελεσματική και συγχρόνως πολύ απλή τεχνική σε εκατομμύρια ανθρώπους σε όλο τον κόσμο, μέσα από σεμινάρια διαλογισμού, από την τηλεόραση, από ραδιοφωνικές εκπομπές, περιοδικά και βιβλία. Η μέθοδός του για επίτευξη εξωτερικής και Εσωτερικής ειρήνης μέσω του διαλογισμού έχει αναγνωριστεί και ο ίδιος είναι σεβαστός από πολιτικούς, θρησκευτικούς και πνευματικούς ηγέτες σε όλο τον κόσμο.

Είναι συγγραφέας πολλών βιβλίων και άρθρων, συμπεριλαμβανόμενου του βιβλίου ***«Ενδυνάμωση της Ψυχής μέσω του Διαλογισμού»,*** με πρόλογο από το Δαλάι Λάμα. Το βιβλίο αυτό κυκλοφόρησε στην Ευρώπη και την Αμερική με το μεγαλύτερο αριθμό αντιτύπων από κάθε άλλη έκδοση, σχετική με το διαλογισμό. Ακόμα, έγραψε ένα μεγάλο αριθμό βιβλίων, πολλά από τα οποία έγιναν best seller, όπως τα βιβλία: ***«Πνευματική Δίψα», «Μεταξένιο Νήμα του Θείου», «Θεία Ηχώ», «Οράματα Πνευματικής Ενότητας και Ειρήνης», «Οικολογία της Ψυχής και Θετικός Μυστικισμός», «Εκπαίδευση για έναν Ειρηνικό Κόσμο».*** Επίσης, στα Ινδικά είναι συγγραφέας των βιβλίων: *«Η Πνευματικότητα στη Σύγχρονη Εποχή», «Αυτογνωσία», «Έρευνα για Ειρήνη μέσα στην Ψυχή», «Σωτηρία μέσω του Νάαμ», «Πνευματικοί Θησαυροί», «Εμπειρία της Ψυχής», «Πνευματικές Ομιλίες»* και *«Αληθινή Ευτυχία». Επιπλέον,* κυκλοφορούν σε πολλές γλώσσες κασσέτες, βιντεοταινίες και εκατοντάδες άρθρα του, που έχουν δημοσιευτεί σε περιοδικά και εφημερίδες σε ολόκληρο τον κόσμο. Τα προγράμματά του μεταδίδονται παγκόσμια μέσω της τηλεόρασης, του ραδιοφώνου και του Ίντερνετ.

Για πληροφορίες ή για επικοινωνία με το συγγραφέα,
Χρησιμοποιήστε το διαδίκτυο www.radiancepublishers.com

Εισαγωγή

Σε αυτήν την εποχή της ταχύτητας και της μεγάλης τεχνολογικής προόδου, που υποτίθεται πως η ζωή θα ήταν πιο εύκολη, πολλοί διαπιστώνουν πως τα καθημερινα άγχη, τους καταβάλλουν. Οι άνθρωποι έχουν λίγο ελεύθερο χρόνο για να ηρεμήσουν και να βρουν λύσεις στα προβλήματά τους. Με συμπόνια και κατανόηση της δύσκολης θέσης των αναγνωστών, ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ μας προσφέρει αυτό το πολύτιμο βιβλίο. Τα σύντομα και εύκολα στην ανάγνωση “πετράδια” του βιβλίου «Πνευματικά Μαργαριτάρια για μια Φωτισμένη Ζωή» μας χαρίζουν κάποιες σοφές αλληγορίες για να ανταπεξέλθουμε στις πολυπλοκότητες της εποχής και να εμπλουτίσουμε τους πνευματικούς μας ορίζοντες.

Ως καθηγητής Πολιτικών Επιστημών, βρίσκω σημαντικό ότι αυτό το βιβλίο μπορεί να προσφέρει στους αναγνώστες του μια ευκαιρία να αντλήσουν από τη συλλογική σοφία και τις εμπειρίες ανθρώπων, του παρελθόντος και του παρόντος, από όλο τον κόσμο. Ένα από τα μαθήματα που πάντα απολάμβανα να διδάσκω είναι: «*Η σοφία μέσα στις παραδόσεις, τις θρησκείες και τις κουλτούρες του Κόσμου*». Εξερευνώντας τη μεγάλη ποικιλία της ανθρώπινης εμπειρίας, κατορθώνουμε να εντοπίσουμε τα κοινά νήματα που χρειαζόμαστε για να οικοδομήσουμε την ανθρώπινη ενότητα. Τα μαργαριτάρια του Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ αποτελούν ένα ευπρόσδεκτο συμπλήρωμα στη φιλολογία του μαθήματός μας.

Έχω την άποψη ότι το είδος μάθησης, που αυτό το βιβλίο επεξεργάζεται με παραδείγματα, θα έπρεπε να είναι απόλυτα διαθέσιμο όχι μόνο για τους φοιτητές του σημερινού κολλεγίου, αλλά και για τους σπουδαστές όλων των εποχών που θα εγγράφονται σε αυτό και που ίσως θα μπορούσαμε να του δώσουμε το όνομα «*Διαρκές Πανεπιστήμιο του Σύμπαντος*». Ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ χρησιμοποιεί την ευρεία γνώση Του σεβόμενος τα διδάγματα φωτισμένων ατόμων από όλες τις θρησκείες και τις κουλτούρες, προκειμένου να επαναφέρει τις διαχρονικές πνευματικές αλήθειες στο προσκήνιο.

Ιδιαίτερα εντυπωσιάζομαι από τον τρόπο με τον οποίο ο συγγραφέας έχει συμπεριλάβει διδακτικές ιστορίες με φιλοσόφους, δασκάλους, αγίους, βασιλιάδες και κοινούς θνητούς από διαφορετικές κουλτούρες και διαφορετικές εποχές, για να υπενθυμίσει αιώνιες αλήθειες που μας βάζουν σε επαφή με τα αποθέματα των πνευματικών πηγών μέσα μας. Συμπεριλαμβάνονται διηγήματα σχετκά με το Βούδα, το Λεονάρντο Ντα Βίντσι, το Μαουλάνα Ρούμι, τον Τόμας Έντισον, τον Έρνεστ Σάκλετον, τη Μητέρα Τερέζα και πολλούς άλλους. Σαν ένα νόστιμο γλυκό, κάθε ιστορία μπορούμε να τη χαρούμε και να την θυμόμαστε για καιρό. Μαθαίνουμε, πώς ο ανθρώπινος παραλογισμός και τα βάσανα, μπορούν να αναιρεθούν αποκτώντας ταπεινότητα και δίνοντας συγχώρεση. Με πενήντα δύο διδακτικές ιστορίες, που αφορούν το πώς να ξεπερνάμε τις δυσκολίες μέχρι και το πώς να επιτύχουμε την φώτιση, οι ιστορίες και τα βαθύτερά τους διδάγματα ζωής, αναδεικνύουν τον ευρύ καμβά της ανθώπινης εμπειρίας και μας εμπνέουν στον τρόπο τού:

Να αντιμετωπίζουμε τις δυσκολίες με ηρεμία και σταθερότητα.

Να υπερνικούμε το θυμό και να διατηρούμε την ηρεμία του νου μας.

Να βρούμε διαρκή ευτυχία.

Να μάθουμε να είμαστε πάντοτε ικανοποιημένοι, να δεχόμαστε, να συγχωρούμε και να ξεχνάμε.

Να επιτυγχάνουμε τους πνευματικούς μας στόχους στην καθημερινή μας ζωή.

Να εξαλείψουμε το φόβο του θανάτου.

Να βιώνουμε τους Εσωτερικούς πνευματκούς κόσμους της ομορφιάς και της μακαριότητας που είναι πέρα από τον φυσικό πεδίο.

Όπως ένας μουσικός συνθέτει μουσική και ένας ποιητής γράφει στίχους, ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ με κάθε διήγημά του, μας ανυψώνει να δούμε τη ζωή από μια ανώτερη οπτική γωνία. Μας ενθαρρύνει να ανακαλύψουμε τον ανώτερο εαυτό μας και να σκεφτούμε, να μιλήσουμε και να δράσουμε από μια θέση σοφίας. Η αισιοδοξία του ότι μπορούμε να βρούμε ειρήνη και αγάπη στο σημερινό ταραγμένο κόσμο είναι πραγματικά ανυψωτική.

Κάθε ιστορία που μας διηγείται περιέχει ένα μαργαριτάρι σοφίας για να το βάλουμε στην καρδιά και να το εφαρμόσουμε και μπορεί να μας φωτίσει και να φέρει χαρά στη ζωή μας. Διαθέτοντας χρόνο στη συντροφιά αυτού του βιβλίου μας δίνεται η ευκαιρία να διαβάσουμε λόγια αγίων και μυστών, που ήρθαν μέσα στο διάβα της ιστορίας, για να υπηρετήσουν την ανθρωπότητα.

Αυτή η συλλογή απαρτίζεται από ομιλίες του Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ που δόθηκαν κατά τη διάρκεια πολλών ετών σε διάφορα μεγάλα κέντρα διαλογισμού στην Ινδία και στις Η.Π.Α. Όμορφα εικονογραφημένες από τη Valerie Poole, αυτές οι διαφωτιστικές ιστορίες με τα βαθύτερα μηνύματά τους, παρουσιάζονται με μια ισορροπία σοφίας, χιούμορ, αγάπης και απλής κοινής λογικής. Έχουν εμπνεύσει εκατομμύρια ανθρώπους τα τελευταία δεκαεπτά χρόνια, για να αναπτύξουν τον ανώτερο εαυτό τους μέσω του διαλογισμού και των θετικών ανθρώπινων αξιών.

Μέσα από μια ζωή αφιερωμένη στο διαλογισμό, στο Εσωτερικό πνευματικό Φως και στην επίτευξη της πνευματικής τελειότητας, ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ μας παρουσιάζει τρόπους για να βιώσουμε την πνευματικότητα. Χρησιμοποιώντας

αναφορές από ποικίλες παραδόσεις, χαράζει ένα μονοπάτι για μια φωτισμένη ζωή. Τα «*Πνευματικά Μαργαριτάρια για μια Φωτισμένη Ζωή*» θα μπορούσαν κάλλιστα να γίνουν ένα κλασικό έργο, καθώς ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ αποκαλύπτει το μυστήριο, τού πώς όλοι οι άνθρωποι όπου και αν βρίσκονται μπορούν να έχουν μια προσωπική εμπειρία του Θείου και τού πως να επιτύχουν διαρκή ευτυχία στη ζωή τους.

Δρ. Art Stein
Καθηγητής Πολιτικών Επιστημών.
Επίτιμος Convener, του Κέντρου Σπουδών μη Βίας και Ειρήνης,
του Πανεπιστημίου Rhode Island

Αντιμέτωποι με αντιξοότητες

Διαχείριση των δοκιμασιών και της ευτυχίας

Όλοι οι άνθρωποι αντιμετωπίζουν σκαμπανεβάσματα στη ζωή τους. Είναι μέρος της ανθρώπινης τους ύπαρξης και δεν μπορούν να αποφευχθούν. Το ερώτημα είναι: «*Πρέπει να χάνουμε την ηρεμία του νου μας και να λυγίζουμε όταν αντιμετωπίζουμε αυτά τα πάνω-κάτω στο διάβα της ζωής μας;*»

Αν αφήσουμε τον εαυτό μας να επηρεαστεί από οτιδήποτε έρχεται στην πορεία της ζωής μας, θα αισθανόμαστε σαν να είμαστε σε ένα διαρκώς κινούμενο τραινάκι του λούνα παρκ. Θα κινούμαστε από τα ύψη της έκστασης, στα βάθη της απελπισίας και πίσω στην έκσταση και ξανά στην απελπισία, από τη μια στιγμή στην άλλη. Οι συνεχείς αλλαγές συχνά οδηγούν σε μια αίσθηση φόβου, ανησυχίας και πανικού, διότι ποτέ δεν ξέρουμε τι θα συμβεί μετά από λίγο. Με τον καιρό αυτή η κατάσταση φόβου και ανησυχίας γίνεται ένα κομμάτι της φύσης μας και δεν μας είναι ποτέ δυνατό να χαλαρώσουμε.

Αφού δεν φαίνεται να έχουμε πολύ έλεγχο στα σκαμπανεβάσματα της ζωής, πώς μπορούμε να ζούμε μια ζωής γαλήνης και ηρεμίας; Η ακόλουθη ιστορία μας δίνει μερικές απαντήσεις:

Ένας βασιλιάς κάλεσε όλους μαζί τους σοφούς συμβούλους του και τους έθεσε το εξής ερώτημα. Τους είπε: «*Ω! Σύμβουλοι, ζητάω ο Εσωτερικός μου εαυτός να αποκτήσει μόνιμη σταθερότητα. Βρίσκω ότι καθώς υφίσταμαι τα σκαμπανεβάσματα της ζωής, αυτά με απομακρύνουν από την ισορροπία μου. Μπορείτε να βρείτε κάτι που να με βοηθήσει*

να νιώθω χαρούμενος όταν είμαι σε κατάσταση δυστυχίας, και κάτι που να μου θυμίζει θλίψη, όταν βρίσκομαι σε κατάσταση ευτυχίας; Βρείτε μου κάτι να μπορώ να έχω μαζί μου, ώστε να με κάνει ικανό να παραμένω σε μια ήρεμη σταθερή διάθεση, ανεξάρτητα από οτιδήποτε συμβαίνει γύρω μου».

Οι σύμβουλοι συγκεντρώθηκαν και σκέφθηκαν πολύ πάνω σε αυτό που τους ζήτησε ο βασιλιάς. Τελικά, βρήκαν μια λύση. Πλησίασαν το βασιλιά και του έδωσαν ένα μικρό κουτί λέγοντάς του: «*Βρήκαμε μια λύση για σένα, βασιλιά μας. Άνοιξε το κουτί*». Όταν ο βασιλιάς άνοιξε το κουτί, βρήκε μέσα ένα μικρό δαχτυλίδι. «*Κοίταξε την επιγραφή*», του είπαν. Η επιγραφή στο δαχτυλίδι έλεγε: «*Κι αυτό θα περάσει*».

Αυτές οι τέσσερις απλές λέξεις βοήθησαν τον βασιλιά και μπορούν να βοηθήσουν κι εμάς να διατηρούμε την αίσθηση της ισορροπίας, όταν αντιμετωπίζουμε τα ανεβοκατεβάσματα της ζωής. Όταν γινόμαστε υπερβολικά εκστατικοί και ευτυχισμένοι, χρειάζεται να θυμόμαστε ότι τα πράγματα δε θα είναι πάντα έτσι και δεν πρέπει να απογοητευόμαστε και να θλιβόμαστε όταν οι ευτυχισμένες στιγμές περάσουν. Όταν είμαστε υπερβολικά απελπισμένοι και δυστυχείς, αυτές οι τέσσερις λέξεις μπορούν να λειτουργήσουν σαν υπενθύμιση, ότι ο πόνος είναι παροδικός και οι ευτυχισμένες μέρες θα ξανάρθουν.

Μπορούμε να παραμένουμε σταθεροί και μέσα στις καταιγίδες και μέσα στις ηλιόλουστες μέρες της ζωής βρίσκοντας ένα ήρεμο κέντρο ισορροπίας. Μπορούμε να φθάσουμε σε αυτό το γαλήνιο σταθερό σημείο μέσω του διαλογισμού και της προσευχής. Μέσα μας βρίσκονται όλα του πλούτη της Θεότητας. Δεν είμαστε μόνο το σώμα και ο νους αλλά και η ψυχή. Η ψυχή είναι γεμάτη με Φως, Αγάπη και χαρά. Γιατί; Γιατί είναι πάντα συνδεδεμένη με την Πηγή του θείου, τη Δημιουργό Δύναμη, η οποία είναι επίσης όλο Φως, Αγάπη και χαρά. Η Δημιουργός Δύναμη και η ψυχή είναι φτιαγμένα από την ίδια ουσία. Αν διαθέσουμε κάποιο χρόνο καθημερινά μέσα στη σιωπή της ψυχής μας, θα συνδεθούμε με έναν τόπο μακαριότητας. Μετά οι εξωτερικές στεναχώριες της ζωής μας δε θα μας

επηρεάζουν. Δε θα είμαστε παγιδευμένοι μέσα στις παροδικές φάσεις της ζωής. Θα μπορούμε να μάθουμε να βρίσκουμε καταφύγιο σε μια γαλήνια σταθερή βάση, που είναι γεμάτη με ειρήνη και ισορροπία και που θα μας παρέχει διαρκή ευτυχία, ανεξάρτητα από τις εξωτερικές μεταβολές της ζωής.

Την επόμενη φορά που θα αντιμετωπίσουμε πόνο, ας θυμηθούμε πως: «*Κι αυτό θα περάσει.*» Αυτές οι τέσσερις λέξεις ίσως μας βοηθήσουν να περνάμε μέσα από τις δυσκολίες με περισσότερη εμπιστοσύνη και πίστη. Θα μας θυμίσει να βρούμε το σταθερό γαλήνιο σημείο ειρήνης μέσω του διαλογισμού.

Την επόμενη φορά που θα βρισκόμαστε σε κατάσταση μεγάλης χαράς, πάλι ας θυμηθούμε ότι: «*Κι αυτό θα περάσει*», έτσι μπορούμε να απολαύσουμε τις στιγμές χαράς που θα βιώνουμε και να μη θλιβόμαστε όταν αυτές θα περάσουν. Θα μας θυμίζει ακόμη ότι, κι αν η χαρά τελειώσει και έρθει μια δυσκολία, νέες στιγμές χαράς θα ξανάρθουν μια μέρα. Θα μας θυμίζει να βρίσκουμε τη γαλήνη και την ειρήνη μέσω του διαλογισμού που παρέχει διαρκή ευτυχία.



Αντιμέτωποι με τις προκλήσεις της ζωής

Υπάρχει μια ιστορία ενός νεαρού που πήγαινε στο κολλέγιο. Ήταν διαφορετικός από τους άλλους σπουδαστές του κολλεγίου σε ένα πράγμα. Το αγόρι ήταν υποχρεωμένο να μετακινείται πάνω σε μια αναπηρική καρέκλα. Παρόλη όμως την αναπηρία του ήταν πολύ αγαπητός. Ήταν ένα φιλικό άτομο πάντα με μια αισιόδοξη διάθεση. Το αγόρι αυτό δούλευε σκληρά και κέρδιζε ακαδημαϊκές διακρίσεις και για το λόγο αυτό οι συμμαθητές του, τού έδειχναν μεγάλο σεβασμό. Μια μέρα ένας συμμαθητής του τον ρώτησε τι του είχε προκαλέσει τη φυσική του αναπηρία και εκείνος απάντησε, ότι από μωρό παρουσίασε εγκεφαλική παράλυση.

Τότε ο συμμαθητής του τον ξαναρώτησε «*Ποιο είναι το μυστικό σου; Πώς μπορείς να ζεις με τόσο μεγάλες δυσκο-*

λίες κι όμως να αντιμετωπίζεις τον κόσμο με χαμόγελο και εμπιστοσύνη;» Το αγόρι απάντησε με ένα χαμόγελο: «*Είναι επειδή η φυσική μου ασθένεια δεν άγγιξε ποτέ την καρδιά και την ψυχή μου»*.

Πόσες φορές βρίσκουμε τους εαυτούς μας ή μέλη της οικογένειάς μας να παραπονιούνται για μικρές αναποδιές; Στη ζωή αντιμετωπίζουμε σωματικές δυσκολίες. Σαν παιδιά περνάμε παιδικές ασθένειες. Μέσα στο έτος μπορεί να έχουμε πολλές αδιαθεσίες. Όταν παρατρώμε, ίσως να πονέσει το στομάχι μας. Έτσι, πολλοί από εμάς παραπονιούνται και γκρινιάζουν για μικροπράγματα.

Αντίθετα, αν κοιτάξουμε γύρω μας, θα βρούμε πολλούς ανθρώπους με σοβαρές αναπηρίες, που έχουν χάσει ολόκληρα μέλη του σώματός τους ή που έχουν θανατηφόρες ασθένειες σε προχωρημένο στάδιο, να ζουν τη ζωή τους κανονικά, παρόλες αυτές τις προκλήσεις. Όπως το αγόρι της ιστορίας, τα άτομα αυτά, δεν αφήνουν τα προβλήματα του υλικού τους σώματος να επηρεάσουν την καρδιά τους ή την ψυχή τους.

Είμαστε ψυχές. Ο αληθινός εαυτός μας είναι πνεύμα. Το σώμα δεν είναι παρά ένα κάλυμμα της ψυχής και η πνευματικότητα είναι μια διαδικασία ανακάλυψης του αληθινού μας εαυτού Εσωτερικά. Ο διαλογισμός και η προσευχή, μας βοηθούν να διαχωρίσουμε την ψυχή μας από το σώμα, έτσι ώστε να ανακαλύψουμε ποιοι πραγματικά είμαστε.

Πολλοί από εμάς έχουμε αυτοκίνητο. Κατά καιρούς το αυτοκίνητο παθαίνει βλάβη και το πηγαίνουμε στο συνεργείο. Ξεβολευόμαστε για λίγο, επειδή θα πρέπει να νοικιάσουμε ένα άλλο αυτοκίνητο ή αν χρειαστεί θα πρέπει ένα μέλος της οικογένειάς μας ή ένας φίλος να μας μεταφέρει κάπου. Αυτό μπορεί να συμβεί αλλά δεν νιώθουμε ότι έχει έρθει και το τέλος του κόσμου. Καταλαβαίνουμε ότι το αυτοκίνητο δεν είναι παρά ένα όχημα με το οποίο το φυσικό μας σώμα μπορεί να μετακινείται. Παρόμοια, το σώμα δεν είναι παρά ένα όχημα της ψυχής μας που όταν αρρωστήσει, δεν πρέπει η αρρώστια να επηρεάσει την ψυχή μας. Μπορούμε να μάθουμε να διατηρού-

με το πνεύμα μας ψηλά και να είμαστε ευδιάθετοι. Μπορούμε να κάνουμε το καλύτερο στη ζωή, είτε έχουμε ένα χαλασμένο όχημα είτε όχι.

Σε κάποιο σημείο της ζωής μας, το σώμα μας θα δείξει σημάδια γήρανσης, παρόλο που το ερευνητικό πρόγραμμα ανάλυσης του ανθρώπινου γονιδιώματος προσπαθεί να ανακαλύψει το γονίδιο που είναι υπεύθυνο για τα γηρατειά. Ίσως να έρθει η μέρα που οι περισσότεροι άνθρωποι θα ζουν πολύ πάνω από τα εκατό χρόνια, όμως και τότε, θα έρθει κάποτε ο καιρός που το σώμα μας δε θα λειτουργεί τόσο καλά όσο λειτουργούσε, όταν ήμαστε νεότεροι. Αυτό όμως δεν θα πρέπει να μας απογοητεύει. Υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που παρουσιάζουν αρρώστιες στα γηρατειά τους, αλλά αυτό δεν τους εμποδίζει από το να έχουν ειρήνη στην ψυχή τους.

Μπορούμε να κάνουμε την καλύτερη χρήση της ζωής μας ανεξαρτήτως φυσικών προκλήσεων, με το να αφιερώνουμε χρόνο στην επικοινωνία μας με το Θεό και τότε, λουσμένοι από την Αγάπη του Θεού, μπορούμε αυτή την Αγάπη να την σκορπίζουμε σε όλους όσους συναντάμε. Μπορούμε αυτό να το κάνουμε ανεξάρτητα απο την φυσική μας κατάσταση. Ακόμα και αν είμαστε στο σπίτι εξαιτίας κάποιας αρρώστιας, μπορούμε και πάλι να φέρνουμε Αγάπη στα μέλη της οικογένειας που μας φροντίζουν. Αυτό γιατί, δεν είναι παρά το φυσικό μας κάλυμμα που είναι άρρωστο ενώ η ψυχή μας βρίσκεται πάντοτε στο ζενίθ της υγείας της.

Αν ζούμε όπως το αγόρι της ιστορίας μας, δε θα αφήσουμε τις φυσικές προκλήσεις να επηρεάζουν την καρδιά και την ψυχή μας. Μια αισιόδοξη θετική στάση θα μας βοηθάει να ξεπερνούμε τις προκλήσεις και να μπορούμε να φέρνουμε χαρά και στη ζωή μας και στις ζωές των άλλων.

Υπερνικώντας το θυμό

Αντικαθιστώντας το θυμό με Αγάπη

Κάποτε η Μητέρα Τερέζα ρωτήθηκε από κάποιον: «*Θύμωνεις ποτέ από την κοινωνική αδικία που βλέπεις γύρω σου στην Ινδία και σε άλλα μέρη του κόσμου όπου εργάζεσαι;*» Η Μητέρα Τερέζα απάντησε πολύ όμορφα: «*Γιατί θα έπρεπε να ξοδεύω ενέργεια στο θυμό, όταν μπορώ να την ξοδεύω στην αγάπη;*»

Αυτή η απάντηση της Μητέρας Τερέζας παρουσιάζει μια υψηλή οπτική γωνία με την οποία μπορούμε και εμείς να διάγουμε τις ζωές μας. Κάθε μέρα βρίσκουμε πολλές καταστάσεις που θα μπορούσαν να εξάψουν το θυμό μας. Μερικές φορές θυμώνουμε όταν κάποιος μας πληγώνει ή μας προσβάλλει. Υπάρχουν στιγμές που θυμώνουμε όταν βλέπουμε άλλους να πληγώνονται. Ίσως υπάρχουν περιστατικά κοινωνικής αδικίας όπου ομάδες ανθρώπων έχουν γίνει αντικείμενο άδικης μεταχείρισης. Σε καθεμία από αυτές τις περιπτώσεις, ίσως να νιώθουμε ότι ένα αδίκημα έχει διαπραχθεί. Ίσως αδυνατούμε να αγνοήσουμε τι συμβαίνει. Σημαντικό όμως είναι, το πώς απαντάμε στην αδικία. Έχουμε την δυνατότητα να κάνουμε επιλογές. Μπορούμε είτε να αντιδράσουμε με θυμό είτε μπορούμε να τον υπερνικήσουμε και να αντικαταστήσουμε το θυμό με Αγάπη. Η Μητέρα Τερέζα επέλεγε το να ξεπερνά το θυμό με την Αγάπη.

Υπάρχει πολύς θυμός και βία στον κόσμο. Σε κάθε πόλη και χωριό, σε κάθε σπίτι, ο καθένας συναντά εκρήξεις θυμού. Το να αποκρινόμαστε στο θυμό, με θυμό έχει σαν αποτέλεσμα μόνο να ρίχνουμε λάδι στη φωτιά. Δεν σβήνουμε τη φωτιά,

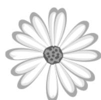
αντίθετα τη φουντώνουμε ενώ πρέπει να την κατασιγάσουμε. Μπορούμε όμως να σβήσουμε τη φωτιά του θυμού με αγάπη.

Αντί να προσθέσουμε ακόμη μια θυμωμένη φωνή στη διαφωνία, θα πρέπει να προσθέτουμε το βάλσαμο της γλυκύτητας που θα κατευνάζει τις διαθέσεις των άλλων. Αντί να προσθέτουμε στις δονήσεις της ατμόσφαιρας μια θυμωμένη σκέψη, θα πρέπει να στέλνουμε σκέψεις Αγάπης ώστε αυτές να καθαρίσουν την ατμόσφαιρα.

Χαραμίζουμε πολλή ενέργεια όταν απαντάμε με θυμό. Αυτή η απόκριση τείνει να μας εξαντλεί και να μας απομυζεί. Αν χρησιμοποιούμε την ενέργειά μας για να ανταποκριθούμε με Αγάπη, δεν θα φέρουμε μόνο αρμονία στο περιβάλλον αλλά και εμείς οι ίδιοι θα αναζωογονηθούμε και θα γεμίσουμε ενέργεια, από την Αγάπη. Όταν δρούμε με Αγάπη, ανοίγουμε την πόρτα στην Αγάπη του Θεού να ξεχυθεί μέσα μας και ακόμα να διοχετευθεί μέσα από εμάς. Ενεργοποιούμαστε και ενισχυόμαστε από τη θεία Αγάπη.

Την επόμενη φορά που θα βρεθούμε σε μια κατάσταση στην οποία γίνεται μια αδικία, μπορούμε να δοκιμάσουμε να ανταποκριθούμε με Αγάπη αντί με θυμό. Τότε θα παρατηρήσουμε την επίδραση που η θετική μας ανταπόκριση θα έχει στη γενική κατάσταση αλλά και στη δική μας ευημερία.

Υπάρχει πολύς θυμός στον κόσμο. Όμως εμείς ας προσπαθήσουμε να φέρουμε την αρμονία και την ειρήνη σ' αυτόν. Ας ξεπεράσουμε τη βία, με Αγάπη. Τότε θα αντιληφθούμε πως τα οφέλη που θα αποκομίσουμε θα φέρουν ένα κύμα θετικών επιδράσεων και πολύ σύντομα το περιβάλλον μας, η κοινότητα και η κοινωνία μας θα γίνουν ένα ειρηνικό καταφύγιο μέσα στον κόσμο.



Μη δέχεσθε το δώρο του θυμού

Ένας Βραχμάνος κάλεσε κάποτε το Βούδα να έρθει και να πάρει γεύμα του στο σπίτι του. Ο Βούδας δέχθηκε. Όταν όμως

έφτασε στο σπίτι του Βραχμάνου, αντελήφθηκε ότι ο Βραχμάνος τον είχε προσκαλέσει με άλλον σκοπό. Ο Βραχμάνος άρχισε να τον κατακρίνει και να τον βρίζει. Ο Βούδας άκουγε ήρεμα τις λεκτικές επιθέσεις του Βραχμάνου που συνεχίστηκαν για αρκετή ώρα και όταν αυτός κάποτε σταμάτησε τον ρώτησε:

«Έρχονται συχνά επισκέπτες στο σπίτι σου, καλέ Βραχμάνε; Ναι, έρχονται», απάντησε ο Βραχμάνος. Ο Βούδας συνέχισε λέγοντας του: «*Τι προετοιμασίες κάνεις για τους καλεσμένους σου, όταν έρχονται;*» Ο Βραχμάνος απάντησε: «*Ετοιμάζουμε μια μεγάλη γιορτή.*» Ο Βούδας ξαναρώτησε: «*Τι συμβαίνει, αν οι καλεσμένοι σου κάποτε δεν έρθουν;*»

Ο Βραχμάνος γελώντας του απάντησε: «*Στην περίπτωση αυτή τρώμε τα φαγητά της γιορτής μόνοι μας*».

Ο Βούδας κατέληξε: «*Λοιπόν, με έχεις καλέσει για γεύμα και μου προσφέρεις κριτικές και σκληρά λόγια. Φαίνεται ότι η γιορτή στην οποία με έχεις καλέσει είναι μόνο προσβολές. Δε θέλω λοιπόν να φάω από αυτά που έχεις ετοιμάσει. Έτσι, σε παρακαλώ, πάρε αυτά που μου προσφέρεις πίσω και φάε τα μόνος σου.*» Με αυτά τα λόγια, ο Βούδας έφυγε από το σπίτι του Βραχμάνου.

Ο Βούδας συνειδητοποίησε ότι η γιορτή που δόθηκε για αυτόν δεν ήταν για να τον ευχαριστήσει αλλά για να τον προσβάλλει. Έτσι από το να αλλάξει συμπεριφορά και να εμπλακεί στην κριτική και ακόμα να κακομιλήσει στον Βραχμάνο με τον ίδιο τρόπο, ο Βούδας προτίμησε να αρνηθεί να συμμετάσχει στο θυμό και εγκατάλειψε το σκηνικό. Έτσι, ο θυμός έμεινε με τον άντρα που τον έθρεψε.

Στη συνέχεια ο Βούδας συμβούλεψε τους μαθητές του που παρακολουθούσαν την όλη σκηνή, λέγοντας: «*Ποτέ να μην ανταποδίδετε με τον ίδιο τρόπο αυτό που έγινε σε σας. Το μίσος ποτέ δεν το σβήνει, περισσότερο μίσος*».

Μερικές φορές στη ζωή βρισκόμαστε αντιμέτωποι με ανθρώπους που μιλάνε άσχημα για μας, που μας βρίζουν, που μας κατηγορούν, που μας κριτικάρουν και που μας χαρακτη-

ρίζουν με διάφορες υβριστικές φράσεις. Αντί να κατεβαίνουμε στο δικό τους επίπεδο, θα πρέπει να μη δεχόμαστε αυτά τα δώρα τους. Τότε ο θυμός τους δε θα έχει να πάει πουθενά και θα παραμείνει μαζί τους. Όταν αποσυρθούμε από τη σκηνή, θα βρεθούν μόνοι, αντιμέτωποι με το θυμό τους και τότε θα συνειδητοποιήσουν τι έχουν κάνει. Αν μας δουν να παραμείνουμε ήρεμοι μπροστά στο δηλητήριό τους, ίσως αναρωτηθούν πώς ήμαστε ικανοί να παραμένουμε γεμάτοι ηρεμία όταν ερχόμαστε αντιμέτωποι με το θυμό τους και τότε ίσως να καταλήξουν στο να μας σεβαστούν.

Καθώς ξεκινάμε τη μέρα μας και είμαστε αντιμέτωποι με ανθρώπους που είναι γεμάτοι με θυμό και κριτική προς εμάς, πρέπει να εξετάζουμε τις λέξεις τους με ηρεμία. Πρέπει πρώτα να αναρωτηθούμε εάν τα λόγια τους κρύβουν κάποια αλήθεια μέσα τους. Αν πράγματι έχουν, μπορούμε να τα εκλάβουμε σαν ένα μάθημα για να βελτιώσουμε τους εαυτούς μας. Αν τα λόγια τους δεν έχουν καμία αλήθεια μέσα τους, τότε δεν θα πρέπει να δεχόμαστε το δώρο του θυμού τους. Δεν θα πρέπει να πέφτουμε στο επίπεδό τους. Με αυτόν τον τρόπο, διατηρούμε την αταραξία και την ηρεμία μας και προσθέτουμε γαλήνη στην εχθρική ατμόσφαιρα.

Πρέπει να αφήνουμε το δώρο του θυμού, μαζί τους και να συνεχίζουμε με τους δικούς μας ειρηνικούς και εύθυμους τρόπους. Έτσι θα έχουμε κρατήσει την προσοχή μας στους πνευματικούς μας στόχους και θα έχουμε θετική επίδραση στο περιβάλλον μας.



Κατακτώντας το θυμό

Μία από τις μεγαλύτερες απειλές της ειρήνης του νου μας είναι η δοκιμασία του θυμού. Στην δουλειά συχνά θυμώνουμε με το αφεντικό μας, τον προϊστάμενό μας, τους συνεργάτες μας ή τους υφιστάμενούς μας. Σπάνια περνά μέρα που κάποιος ή κάτι στην δουλειά να μην διαταράξει την ειρήνη του νου

μας. Αλλά και τα σπίτια μας είναι επίσης ένα πρόσφορο έδαφος όπου διάφορες καταστάσεις μπορεί να μας προκαλέσουν θυμό. Κάποιος δεν πλήρωσε το λογαριασμό έγκαιρα, κάποιος άλλος έφαγε το αγαπημένο μας επιδόρπιο, τα παιδιά μαλώνουν και μας πονοκεφαλιάζουν, ο ή η σύζυγός μας στεναχωρέθηκε για κάτι που κάναμε. Και η λίστα συνεχίζεται και συνεχίζεται. Ακόμη και στη διαδρομή προς και από την δουλειά, δημιουργούνται κατάστάσεις που συχνά εξάπτουν το θυμό μας. Η κανονική κυκλοφορία ξαφνικά σταματά χωρίς εμφανή αιτία και εμείς ξαφνικά ακινητοποιούμαστε στο αυτοκίνητό μας για δεκαπέντε λεπτά. Ένας οδηγός δεν μας αφήνει να αλλάξουμε λωρίδα και χάνουμε την έξοδο στην εθνική. Άλλος οδηγός πετάγεται μπροστά και μας κόβει το δρόμο γεγονός που θα μπορούσε να προκαλέσει ένα ατύχημα. Συχνά φθάνουμε στη δουλειά, ταραγμένοι και κακοδιάθετοι.

Φαίνεται σαν η ζωή να είναι έτοιμη να μας επιτεθεί με ακόμα ένα γεγονός και διαρκώς μας ταράζει οδηγώντας μας σε καταστάσεις έξαλλου θυμού. Υπάρχει άραγε αντίδοτο για το θυμό; Ακολουθεί μια διδακτική ιστορία από τις παραδόσεις των Τζέιν που ίσως μας δώσει μια αίσθηση για το πώς μπορούμε να νικάμε το θυμό.

Κάποτε υπήρχαν τέσσερις πρίγκιπες: ο Βασουντέβα, ο Μπαλαντέβα, ο Σατυάκα, και ο Νταρούκα. Κάποια μέρα, τα πεισματάρικα άλογά τους τούς έφεραν σε μια πυκνή ζούγκλα. Επειδή ήταν πολύ αργά, οι τέσσερις πρίγκιπες αποφάσισαν να κοιμηθούν εκεί τη νύχτα και να μην επιστρέψουν στο σπίτι τους. Διάλεξαν μια τεράστια συκιά κάτω από την οποία θα ξεκουράζονταν και επειδή ήταν σκοτεινή η ζούγκλα, σκέφθηκαν ότι θα χρειαζόταν να φυλάνε σκοπιά εκ περιτροπής. Έτσι, ενώ οι τρεις θα κοιμόντουσαν, κάποιος θα έμενε φύλακας, για να προστατέψει τους άλλους. Μετά από λίγο, ο φύλακας θα ξεκουραζόταν και ο επόμενος πρίγκιπας θα κρατούσε σκοπιά. Αποφάσισαν ότι ο Νταρούκα θα ήταν ο πρώτος πρίγκιπας που θα φύλαγε σκοπός. Ενώ όμως οι άλλοι τρεις πρίγκιπες κοιμόντουσαν, ο θυμός μεταμφιέστηκε σε πνεύμα και ήλθε να πει-

ράξει τον Νταρούκα. Το πνεύμα του θυμού είπε: «*Είμαι πολύ πεινασμένος. Θα ήθελα να φάω τους τρεις κοιμισμένους συντρόφους σου*».

Ο Νταρούκατου απάντησε: «*Αυτό αποκλείεται.*» Τότε το πνεύμα του θυμού προσπάθησε να δράσει και μια άγρια μάχη ακολούθησε. Όταν μετά από ώρα ο Νταρούκα είδε ότι δεν μπορούσε να νικήσει το πνεύμα, θύμωσε αλλά όσο πιο θυμωμένος γινόταν, τόσο περισσότερη ενέργεια το πνεύμα του θυμού κέρδιζε και τελικά ο θυμός τον χτύπησε και τον τραυμάτισε στο πόδι. Ο Νταρούκα κατέρρευσε και τότε το πνεύμα του θυμού έφυγε σαν το φίδι.

Μετά από λίγο, ξύπνησε ο δεύτερος πρίγκιπας ο Σατυάκα, γιατί ήταν η σειρά του να φυλάξει σκοπιά αλλά καθώς ήταν βαθύ σκοτάδι, δεν είδε τον Νταρούκα που ήταν ξαπλωμένος αναίσθητος και τραυματισμένος. Καθώς ο Σατυάκα φυλούσε σκοπιά, το πνεύμα του θυμού πλησίασε και αυτόν και η ίδια συζήτηση επαναλήφθηκε με το πνεύμα του θυμού που επιθυμούσε να φάει τους συντρόφους του Σατυάκα. Ο Σατυάκα άρχισε να πολεμά το πνεύμα του θυμού αλλά καθώς δεν μπορούσε να το νικήσει, άρχισε και αυτός να θυμώνει αλλά ο θυμός του, ενίσχυσε το πνεύμα του θυμού, που απέκτησε μεγαλύτερη δύναμη και τελικά χτύπησε τον Σατυάκα στο πόδι και έκανε και αυτόν να καταρρεύσει.

Όταν ήρθε η ώρα για τον τρίτο πρίγκιπα, τον Μπαλαντέβα να φυλάξει σκοπός, αντιμετώπισε και αυτός την ίδια κατάσταση. Το πνεύμα του θυμού τονώθηκε από το θυμό του Μπαλαντέβα, απέκτησε μεγαλύτερη δύναμη, του επιτέθηκε και τον νίκησε.

Τελικά, ήρθε η σειρά του Βασουντέβα να καθήσει σκοπός. Το πνεύμα του θυμού προσπάθησε να παίξει το ίδιο παιχνίδι με το Βασουντέβα.

«*Θέλω να φάω τους συντρόφους σου*», του είπε το πνεύμα του θυμού.

Ο Βασουντέβα απάντησε:

«*Λυπάμαι αλλά δεν μπορείς να το κάνεις, εκτός κι αν με*

νικήσεις».

Έτσι και αυτοί άρχισαν να μαλώνουν. Όμως ο Βασουντέβα αντί να θυμώσει, εκτίμησε τη δύναμη, το θάρρος και την επιδεξιότητα του πνεύματος. Έτσι σε όλη τη διάρκεια της μάχης, ο Βασουντέβα παρέμενε ήρεμος. Όσο πιο ήρεμος γινόταν ο Βασουντέβα, τόσο το πνεύμα άρχιζε να χάνει τη δύναμή του. Τελικά, το πνεύμα του θυμού αποδυναμώθηκε τόσο πολύ από την ηρεμία του Βασουντέβα, που ο Βασουντέβα κατάφερε να νικήσει το πνεύμα του θυμού, σώζοντας έτσι και τους άλλους τρεις πρίγκιπες.

Όταν ξημέρωσε, ο Βασουντέβα μπόρεσε τελικά να δει τι είχε συμβεί. Οι αδελφοί του ήταν πεσμένοι κάτω με σπασμένα τα κόκαλα. Όταν τους ρώτησε ποιος τους το είχε κάνει, εξήγησαν ότι τους τσάκισε ένα κακό πνεύμα.

Ο Βασουντέβα τους είπε: *«Ήταν το πνεύμα του θυμού και αυτό που χρειαζόταν να κάνετε, για να αποδυναμωθεί η δράση του, ήταν να παραμείνετε ήρεμοι»*. Για επιβεβαίωση, τους έδειξε το πνεύμα του θυμού που βρισκόταν νεκρό στο έδαφος.

Αυτό είναι το μυστικό για να νικήσουμε το θυμό. Όσο περισσότερο υποχωρούμε και αφηνόμαστε στο θυμό, τόσο πιο θυμωμένοι γινόμαστε και αυτός θεριεύει σε βάρος μας. Φτάνουμε σε ένα σημείο στο οποίο χάνουμε τελείως τον έλεγχο και καταλήγουμε να κάνουμε ή να λέμε κάτι που πληγώνει όχι μόνο τους άλλους αλλά και εμάς τους ίδιους.

Για να νικήσουμε το θυμό, ας μείνουμε ήρεμοι μπροστά σε οτιδήποτε συμβαίνει. Καθώς αντιμετωπίζουμε προβλήματα στο σπίτι, στο γραφείο ή στην κίνηση στους δρόμους, δεν θα πρέπει να αντιδρούμε θυμωμένα. Μπορούμε να αναγνωρίσουμε ότι τα προβλήματα υπάρχουν. Μπορούμε να κάνουμε βήματα για να λύσουμε το πρόβλημα. Μπορούμε ακόμη να είμαστε προνοητικοί και να προσπαθούμε να προλαβαίνουμε ή και να εξαλείφουμε την πηγή της ταραχής, μέσω της επικοινωνίας ή βρίσκοντας λύσεις, ενώ ταυτόχρονα να προσπαθούμε να αποφύγουμε να θυμώνουμε. Ο θυμός δεν πρόκειται να εξαλείψει

τα προβλήματα. Το μόνο που θα κάνει είναι να μας ανεβάσει την αρτηριακή πίεση, να μας ανεβάσει την αδρεναλίνη και να κρατήσει το νου μας σε μια κατάσταση συνεχούς ταραχής. Ο θυμός ο δικός μας δεν θα κάνει τους άλλους να σταματήσουν να κάνουν ό,τι κάνουν. Αυτό που καταφέρνει ο θυμός είναι να μας κάνει άρρωστους και αναποτελεσματικούς. Αλλά αν παραμένουμε ήρεμοι, μπορούμε να χειριστούμε το πρόβλημα με όλες μας τις δεξιότητες και με τον απόλυτο έλεγχό μας και μπορούμε ακόμα να βρούμε μια πιο αποτελεσματική λύση. Θα έχουμε τότε περισσότερη ενέργεια να λύσουμε το πρόβλημα.

Ποια είναι τα βήματα για να νικήσουμε το θυμό; Πρώτον, όταν νιώθουμε ότι πάμε να θυμώσουμε, δεν πρέπει να λέμε ή να κάνουμε κάτι αμέσως. Καλύτερα είναι να πάρουμε μια βαθιά ανάσα και να ηρεμήσουμε. Μετά, πρέπει να καθίσουμε σε διαλογισμό. Πρέπει να αποστασιοποιηθούμε από το συμβάν και να καθίσουμε σε μια ήρεμη κατάσταση διαλογισμού. Αν θυμωμένες σκέψεις προσπαθήσουν να εισχωρήσουν στο νου μας πρέπει να αναρωτηθούμε αν θέλουμε να κάνουμε το πνεύμα του θυμού πιο δυνατό ή αν επιθυμούμε να το νικήσουμε. Αν επιθυμούμε να το νικήσουμε τότε όπως ο Βασουντέβα στην ιστορία, μπορούμε να το κάνουμε, με το να μην επιτρέπουμε στο θυμό μας να τρέφει το πνεύμα του θυμού. Πρέπει να συνειδητοποιήσουμε ότι όσο περισσότερο μένουμε ήρεμοι, ήσυχοι και γαλήνιοι, τόσο λιγότερη ενέργεια θα έχει ο θυμός και σταδιακά θα εξαφανιστεί.

Ας συντρίψουμε το θυμό με την ηρεμία μας, τη σταθερότητα και την ισορροπία μας. Με τον καιρό θα ανακαλύψουμε ότι ενώ οι ίδιες καταστάσεις που μας ερεθίζουν συνεχίζονται κάθε μέρα, δε θα γινόμαστε σκλάβοι σε αυτές. Θα μπορούμε ήρεμα να τις ξεπεράσουμε χρησιμοποιώντας το σώμα μας, το νου και την ενέργειά μας για πιο εποικοδομητικούς σκοπούς και τότε θα αισθανόμαστε πιο ευτυχισμένοι, πιο χαρούμενοι και πιο ειρηνικοί.



Η ευγένεια νικά τη βία

Ο Βόρειος Άνεμος και ο Ήλιος κάποτε αψιμάχησαν για το ποιος ήταν πιο ισχυρός και ποιος ασκούσε μεγαλύτερη επιρροή στους ανθρώπους. Ο Βόρειος Άνεμος ισχυριζόταν ότι ήταν πιο δυνατός, αλλά και ο Ήλιος έλεγε ότι ήταν εκείνος πιο δυνατός. Έτσι συμφώνησαν να κάνουν έναν αγώνα και είπαν ότι, όποιος θα μπορούσε να κάνει έναν ανθρωπο να βγάλει το παλτό του εκείνος θα ήταν ο νικητής. Διάλεξαν λοιπόν έναν άντρα που επέστρεφε σπίτι του και ήταν υποχρεωμένος να κάνει μια μεγάλη διαδρομή με τα πόδια. Ο Βόρειος Άνεμος ξεκίνησε πρώτος. Φύσηξε δυνατά προσπαθώντας να βγάλει το παλτό του άντρα. Φυσούσε και ξεφυσούσε, αλλά όσο πιο δυνατά φυσούσε, τόσο ο άντρας τύλιγε με πείσμα το παλτό επάνω του όλο και πιο σφιχτά. Ο Βόρειος Άνεμος προσπαθούσε για πολλή ώρα να βγάλει το παλτό τού ανθρώπου αλλά δεν τα κατάφερε. Μετά, ήρθε η σειρά του Ήλιου που άρχισε να στέλνει στον άνθρωπο γλυκές και μετά ζεστές και όλο και πιο ζεστές ακτίνες. Σε λίγη ώρα ο άντρας άρχισε να ζεσταίνεται και ξεκούμπωσε το παλτό του. Ο ήλιος συνέχισε να τον ζεσταίνει όλο και πιο πολύ, οπότε στο τέλος ο άνθρωπος ζεστάθηκε υπερβολικά και έβγαλε το παλτό του.

Με ένα χαμόγελο, ο Ήλιος είπε στο Βόρειο Άνεμο: *«Όπως βλέπεις οι ζεστοί γεμάτοι αγάπη τρόποι μου τον έκαναν να βγάλει το παλτό του, ενώ οι σκληροί καταπιεστικοί δικοί σου τρόποι τον έκαναν να αντισταθεί»*.

Αυτός ο μύθος του Αισώπου μάς δίνει ένα αξιόλογο μάθημα που λέει ότι η αγάπη και η ευγένεια πάντα νικούν τη βία. Μερικοί άνθρωποι νιώθουν ότι μπορούν να πάρουν το μέγιστο από τους άλλους με το να είναι βίαιοι, σκληροί και επικριτικοί. Όμως πολύ σπάνια κάποιος ανταποκρίνεται θετικά σε τέτοια συμπεριφορά. Νομίζουμε ότι πρέπει να φερθούμε στους άλλους σκληρά ή πιεστικά, για να τους υποχρεώσουμε να κάνουν οτιδήποτε. Όμως, συμβαίνει ακριβώς το αντίθετο. Μπορούμε να είμαστε περισσότερο πειστικοί χρησιμοποιώντας τη

δύναμη της αγάπης και της ευγένειας. Οι άνθρωποι αποθαρρύνονται όταν τους μιλούν σκληρά και απότομα. Κλείνονται και θέλουν να αποσυρθούν. Αλλά όταν τους απευθύνουν γλυκά λόγια αγάπης και ενθάρρυνσης θέλουν να υπερβούν τους εαυτούς τους και κάνουν περισσότερα.

Προσθέτοντας γλύκα στη ζωή, κάνουμε τον κόσμο πιο τρυφερό. Προσθέτοντας τη ζεστασιά της αγάπης, κάνουμε τα πράγματα να κυλούν πιο ομαλά. Αν μπορούμε να είμαστε σαν τον Ήλιο και να στέλνουμε ζεστές, ενθαρρυντικές λέξεις και χαμόγελα στους άλλους, θα βρούμε ότι μπορούμε να είμαστε πιο αποτελεσματικοί σε οτιδήποτε κάνουμε. Ο πειθαναγκασμός δεν αποδίδει μακροπρόθεσμα.

Το ίδιο συμβαίνει και με τους διαλογισμούς μας. Όταν προσπαθούμε να πιέσουμε τα πράγματα για να έχουμε αποτελέσματα, φαίνεται ότι αυτά μας ξεφεύγουν ολοένα και περισσότερο. Όταν καθόμαστε με αγάπη και γλυκύτητα στο διαλογισμό, τότε τα αποτελέσματα θα έρθουν από μόνα τους. Πρέπει να αποφεύγουμε την τάση να θέλουμε να αρπάξουμε. Πρέπει να κάνουμε την άσκησή μας στο διαλογισμό χωρίς προσπάθεια και με αγάπη. Μετά, η Χάρη του Θεού θα έρθει να μας διαποτίσει.

Ας πάρουμε ένα δίδαγμα από τις θερμές ακτίνες του Ήλιου. Ας φερόμαστε με αγάπη και ευγένεια στους άλλους. Αν είμαστε τρυφεροί και ευγενείς τότε και με τους διαλογισμούς μας, θα μπορούμε να προσμένουμε οι καρπούς τους να εμφανιστούν πιο γρήγορα.

Να προσπαθείς πάντα να κάνεις το καλύτερο

Δίνε τον καλύτερό σου εαυτό σε όλους

Πριν από πολλά χρόνια, μια μπάντα μουσικών ζούσε ταξιδεύοντας από τη μία πόλη στην άλλη, για να παρουσιάζουν τη μουσική τους. Οι καιροί, όμως, ήταν δύσκολοι και δεν κέρδιζαν αρκετά χρήματα για να ζήσουν. Οι φτωχοί άνθρωποι που συνήθιζαν να πηγαίνουν να τους ακούν δεν μπορούσαν να πληρώσουν ούτε το μικρό ποσό που χρέωναν για τη μουσική τους. Έτσι, το ακροατήριο σταθερά μειωνόταν, μέχρι που στο τέλος, ελάχιστοι άνθρωποι πήγαιναν να παρακολουθήσουν τις παραστάσεις τους.

Κάποια μέρα, η μπάντα των μουσικών μαζεύτηκε, για να αποφασίσει τι θα έπρεπε να κάνουν. Ο ένας είπε: «*Δε βλέπω το λόγο να δώσουμε παράσταση απόψε, με τόσο λίγους ανθρώπους που φαίνεται ότι θα έρθουν*».

Κάποιος άλλος παρατήρησε ότι είχε αρχίσει να χιονίζει και είπε: «*Με αυτό το κρύο, ποιος θα βγει έξω απόψε, για να πάει να ακούσει μουσική;*»

Ένας τρίτος πρόσθεσε: «*Χθες τη νύχτα είχαμε πολύ λίγο κόσμο. Αν εξακολουθήσει να χιονίζει έτσι, απόψε θα έλθουν ακόμα λιγότεροι. Ας επιστρέψουμε τα λίγα εισιτήρια που πουλήσαμε και ας ακυρώσουμε την παράσταση*».

Ο πρώτος συμφώνησε και είπε: «*Έχεις δίκιο. Δεν αξίζει να συνεχίζουμε να παίζουμε, με τόσο μικρό ακροατήριο*».

Ο δεύτερος είπε: «Με τι κέφι θα μπορέσουμε να παίξουμε και να δώσουμε τον καλύτερό μας εαυτό για τόσο λίγους

ανθρώπους;»

Ο τέταρτος μουσικός καθόταν σιωπηλός ακούγοντας τη συζήτηση, μέχρι που οι άλλοι τρεις στράφηκαν σε αυτόν και είπαν: «*Εσύ τι νομίζεις ότι πρέπει να κάνουμε;*»

Αυτός είπε: «*Ξέρω ότι είστε αποθαρρυμένοι, όπως και εγώ είμαι απογοητευμένος. Όμως, έχουμε υποχρέωση σε αυτούς τους λίγους ανθρώπους που έχουν εισιτήρια και πιθανώς θα έρθουν να μας ακούσουν. Θα πρέπει να συνεχίζουμε να παίζουμε και να κάνουμε την καλύτερη προσπάθεια που μπορούμε κάθε φορά. Δε φταίνε εκείνοι που έρχονται, για το ότι κάποιοι άλλοι δεν έρχονται. Δε θα πρέπει να τους τιμωρήσουμε, δίνοντάς τους λιγότερα από αυτό που μπορούμε να τους δώσουμε*».

Οι άλλοι μουσικοί ενθαρρύνθηκαν από τα λόγια του τέταρτου μουσικού και αποφάσισαν να παίξουν και εκείνο το βράδυ. Έδωσαν μάλιστα μια από τις καλύτερες παραστάσεις της ζωής τους.

Όταν η παράσταση τελείωσε και όλοι είχαν φύγει, ο τέταρτος μουσικός κάλεσε όλα τα μέλη της μπάντας και τους έδωσε ένα σημείωμα που του είχε δώσει κάποιος επίσημος. Το σημείωμα έγραφε: «*Σας ευχαριστώ για την όμορφη παράσταση που απόλαυσα απόψε*». Το σημείωμα κατέληγε με την υπογραφή: «*Ο Βασιλιάς σας*».

Αυτή η ιστορία μας βοηθά να σκεφθούμε μερικά σημαντικά πράγματα. Η απόφαση να παίξουν, δίνοντας τον καλύτερό τους εαυτό, συνέπεσε με την απόφαση του βασιλιά να παρακολουθήσει εκείνο το βράδυ την παράσταση. Ο βασιλιάς ευχαριστήθηκε, γιατί η παράσταση ήταν τέλεια, καθώς είχαν αποφασίσει να δώσουν τον καλύτερό τους εαυτό.

Αυτή είναι η στάση με την οποία πρέπει και εμείς πάντα να λειτουργούμε. Είναι μια στάση συνειδητοποίησης ότι όλοι έχουν το βασιλιά μέσα τους. Ο καθένας είναι σημαντικός. Όλοι έχουμε μια ψυχή μέσα μας και είμαστε όλοι ένα μέρος του Θεού. Όταν λειτουργούμε με τη σκέψη ότι κάθε άτομο αξίζει να του δώσουμε το καλύτερο που μπορούμε, τιμάμε το Θεό

μέσα σε όλους.

Μερικοί άνθρωποι δουλεύουν σκληρά, μόνο για να ευχαριστήσουν συγκεκριμένους ανθρώπους. Ίσως να δώσουν τον καλύτερό τους εαυτό για το αφεντικό τους, για ορισμένους πλούσιους ή για κάποιον που μπορεί να τους ανταποδώσει μια χάρη. Αλλά σπουδαίοι είναι οι άνθρωποι που κάνουν το καλύτερο για τους φτωχούς ή για εκείνους που δεν έχουν τίποτα να τους ανταποδώσουν. Μέγας είναι ο άνθρωπος που συμπεριφέρεται σε όλους τους ανθρώπους το ίδιο καλά.

Ένα άλλο δίδαγμα είναι ότι δεν πρέπει να αποθαρρυνόμαστε, όταν κάνουμε κάτι που φαίνεται πως μόνο λίγοι το εκτιμούν ή ωφελούνται από αυτό. Λέγεται ότι αν μπορούμε να μεταμορφώσουμε και να ωφελήσουμε έστω και μία ανθρώπινη ζωή, η ύπαρξή μας πάνω στη γη έχει δικαιωθεί. Όταν κάνουμε μια προσπάθεια και ο αναμενόμενος αριθμός ανθρώπων δεν εμφανίζεται και πάλι θα πρέπει να είμαστε παρόντες, για να βοηθούμε έστω και λίγους, έστω και εάν μόνο ένας ή δύο εμφανιστούν. Ποτέ δεν πρέπει να αισθανόμαστε ότι δεν αξίζει τον κόπο να κάνουμε κάτι που είχαμε σχεδιάσει για πολλούς, αν μόνο λίγοι άνθρωποι εμφανιστούν. Κάνουμε τη διαφορά στις ζωές εκείνων των ανθρώπων που θα εμφανιστούν. Αν δουλεύουμε σκληρά και μόνο μερικοί άνθρωποι αναγνωρίζουν αυτό που έχουμε κάνει, σημαίνει ότι αυτό είναι σημαντικό για εκείνους τους ανθρώπους. Δεν πρέπει να αφηνόμαστε στην αποθάρρυνση. Οι μουσικοί έπαιξαν μόνο για λίγους, αλλά ένας από αυτούς αποδείχθηκε ότι ήταν ο βασιλιάς.

Οτιδήποτε κάνουμε είναι αντιληπτό από τον Θεό. Πρέπει πάντα να κάνουμε και να δίνουμε το καλύτερο. Η επιβράβευση είναι στην υπηρεσία όχι για τους καρπούς της υπηρεσίας. Αν ζούμε με αυτόν τον τρόπο, θα πηγαίνουμε για ύπνο κάθε βράδυ με την ικανοποίηση ότι έχουμε δώσει το είναι μας. Θα ευλογηθούμε με τη χαρά και με τη μακαριότητα μέσα μας που θα προέρχεται από το δόσιμο του καλύτερού μας εαυτού σε όλους όσους συναντάμε.

Ικανοποίηση

Επιθυμία και ικανοποίηση

Όλοι επιθυμούμε να υπάρχει πάντα ειρήνη. Κανείς δε θέλει την αναταραχή. Ας εξετάσουμε αυτήν τη διδακτική ιστορία και ας δούμε τι μπορούμε να μάθουμε για το δρόμο προς την ειρήνη.

Μια μέρα, η "Επιθυμία" και η "Ικανοποίηση" μπήκαν σε αγώνα για το ποια από τις δύο ήταν η πιο σπουδαία. Αυτή η διαφωνία συνεχιζόταν, μέχρι που τελικά αποφάσισαν να αναζητήσουν ένα σοφό άνθρωπο –όπως γίνεται στις περισσότερες ιστορίες– για να τους βοηθήσει να λύσουν τη διαφορά τους.

Κατευθύνθηκαν λοιπόν, στην κορυφή του βουνού όπου ζούσαν οι περισσότεροι σοφοί άνδρες των παλιών καιρών. Ο σοφός άνδρας άκουσε τη διαφωνία τους και είπε: «*Για να αποδειχθεί ποιος από εσάς έχει δίκιο, θέλω και οι δύο σας με τη σειρά να ζήσετε με έναν πλούσιο και ευτυχισμένο άνδρα. Αφού και οι δύο σας θα έχετε ζήσει με τον άνθρωπο αυτό, θα τον αφήσουμε να αποφασίσει εκείνος για το ποια από εσάς είναι πιο σπουδαία*».

Η "Επιθυμία" και η "Ικανοποίηση" σκέφθηκαν ότι ήταν ένας δίκαιος τρόπος να λύσουν τη διαφορά τους. Έτσι, κατηφόρισαν από το βουνό προς το χωριό κάτω, για να βρουν έναν πλούσιο και ευτυχισμένο άντρα με τον οποίο θα ζούσαν. Αποφάσισαν ότι η "Επιθυμία" θα έπρεπε να ζήσει πρώτα με τον άνδρα.

Μόλις η "Επιθυμία" εγκαταστάθηκε στο σπίτι του άνδρα, ο πλούσιος και ευτυχισμένος άνθρωπος βρήκε ότι το συνήθως

ήρεμο και δίκαιο μυαλό του γέμιζε με πολλές σκέψεις. Κάποια μέρα, ο άνθρωπος ξαφνικά είπε στη γυναίκα του: «*Ας αφήσουμε το σπίτι μας και ας ταξιδέψουμε σε όλον τον κόσμο. Θέλω να επισκεφθώ πολλά μακρινά και εξωτικά μέρη*». Η σύζυγός του τον κοίταξε σαν ο άντρας της να είχε τρελαθεί. Τελικά, μετά από πολλή πίεση, ο άνδρας κατάφερε τη γυναίκα του να συμφωνήσει και να πάει μαζί του. Άδειασε, λοιπόν, τον τραπεζικό του λογαριασμό και αγόρασε δύο ακριβά ακτοπλοϊκά εισιτήρια, για να ταξιδέψουν διασχίζοντας τις θάλασσες και να μείνουν σε παραδεισένια ακριβά ξενοδοχεία.

«*Σπαταλάς πολλά από τα χρήματά σου*», τον συμβούλευε η γυναίκα του καθ' όλη τη διάρκεια του ταξιδιού τους. Όμως, ο άνδρας ήταν γεμάτος με τόσες πολλές επιθυμίες, να περάσει καλά, να δει το ένα και το άλλο μέρος, να αγοράσει αυτό το ακριβό ενθύμιο και το άλλο ωραίο ενθύμιο, που δεν άκουγε τίποτα.

Όταν μετά από πολύ καιρό επέστρεψαν στο σπίτι τους από το ταξίδι, ο άνθρωπος ανακάλυψε ότι είχε ξεμείνει από λεφτά. Έτσι, έπρεπε να αρχίσει να κάνει διάφορες δουλειές, για να κερδίσει πίσω τα χρήματα που είχε ξοδέψει. Βρέθηκε να δουλεύει μέρα νύχτα για το χρήμα. Όλος ο ελεύθερος χρόνος για ξεκούραση που είχε, όταν ήταν πλούσιος, είχε χαθεί και ανακάλυψε ότι έπρεπε να δουλεύει πολλές ώρες κάθε μέρα. Το αποτέλεσμα αυτής της τόσο σκληρής εργασίας ήταν ότι, παρότι δούλευε σκληρά, δεν μπορούσε πλέον να βάζει χρήματα στην άκρη και κατέληγε απλώς να εργάζεται για να ζει.

Κάποια μέρα, βαρέθηκε με τον καλεσμένο που ονομαζόταν "Επιθυμία" και του είπε: «*Εσύ είσαι η αιτία όλων των προβλημάτων μου. Φύγε από εδώ. Δε σε θέλω εδώ πια*». Η "Επιθυμία", φοβούμενη για τη ζωή της, έτρεξε έξω από το σπίτι μέσα στην αγκαλιά της "Ικανοποίησης" που την περίμενε.

Η "Ικανοποίηση" με ένα πολύ πλατύ χαμόγελο είπε: «*Μου φαίνεται ότι τα πράγματα δεν πήγανε τόσο καλά για εσένα*».

Η "Επιθυμία" απάντησε: «*Λοιπόν, αν νομίζεις ότι είσαι*

τόσο σπουδαία, τότε προσπάθησε να ζήσεις με αυτόν τον άνδρα. Δε νομίζω ότι θα τα καταφέρεις καλύτερα, γιατί είναι οξύθυμος».

Η “Ικανοποίηση” εγκαταστάθηκε με τη σειρά της στο σπίτι του άνδρα. Μόλις η “Ικανοποίηση” μπήκε στο σπίτι, ο άνδρας έβγαλε ένα βαθύ αναστεναγμό ανακούφισης. Ξαφνικά, ο άνθρωπος γέμισε με καινούρια ελπίδα και δύναμη. Άρχισε να πηγαίνει στη δουλειά του με ηρεμία. Η χαρά γέμισε την καρδιά του. Η σύζυγός του παρατήρησε την ξαφνική αλλαγή σε αυτόν και είπε «Ξανάγινε ο παλιός χαρούμενος και δίκαιος άνθρωπος, ακριβώς όπως ήταν πριν μπει στη ζωή του η “Επιθυμία”».

Ο άνδρας στράφηκε στην “Ικανοποίηση” και της είπε: *«Η συντροφιά σου με κάνει ευτυχισμένο. Ελπίζω να μην σε αποχωριστώ ποτέ».* Η “Ικανοποίηση” κρυφοκοίταξε από το παράθυρο την “Επιθυμία” και χαμογέλασε, γιατί είχε κερδίσει τον αγώνα.

Αν ακολουθήσουμε το δρόμο οποιασδήποτε επιθυμίας, μπορούμε να δούμε σε τι είδους μπελάδες μπορεί να μας οδηγήσει. Ίσως να είναι μεγάλες ή μικρές αναταραχές, αλλά δεν παύουν να προκαλούν έναν κυματισμό στη γαλήνη της θάλασσάς μας. Ας πούμε ότι θέλουμε να αγοράσουμε κάτι ακριβό. Είτε πρέπει να δουλέψουμε πιο σκληρά για να το πάρουμε, περιορίζοντας έτσι την ξεκούρασή μας και τον ελεύθερο χρόνο μας, ή πρέπει να θυσιάσουμε κάτι άλλο για να ικανοποιήσουμε αυτήν την επιθυμία. Ίσως πρέπει να πουλήσουμε το αγαπημένο μας παλιό αυτοκίνητο, για να αγοράσουμε κάποιο καινούριο, πιο μεγάλο. Ίσως πρέπει να αρνηθούμε στους εαυτούς μας κάτι άλλο που θέλουμε, για να εκπληρώσουμε μια άλλη επιθυμία. Μερικοί άνθρωποι είναι τόσο αποφασισμένοι να αγοράσουν κάτι που θέλουν, ώστε μπορεί να καταφύγουν ακόμα και σε ανέντιμα μέσα, όπως η απάτη ή μπορεί ακόμα να κλέψουν χρήματα και από τους ίδιους τους αγαπημένους τους.

Ίσως επιθυμούμε κάτι που δεν είναι απλά ένα αντικείμενο. Ίσως λαχταράμε να εξουσιάζουμε τους άλλους. Και αυτός είναι, επίσης, ένας επικίνδυνος δρόμος. Πολλές φορές θα πρέπει

να ποδοπατήσουμε πολλούς ανθρώπους, να πούμε ψέματα, να εξαπατήσουμε και να εκμεταλλευτούμε άλλους, για να πάρουμε αυτό που θέλουμε. Οι άλλοι θα μας καταλάβουν και σε ανταπόδοση, είτε θα μας αποφεύγουν, είτε θα μας δυσφημούν ή ακόμα μπορεί και να χειροδικήσουν. Δεν υπάρχει τέλος στα προβλήματα που αντιμετωπίζει ένας άνθρωπος, όταν προσπαθεί να αποκτήσει τον έλεγχο σε όλους και σε όλα.

Αν θέλουμε φήμη, ίσως θα πρέπει να διαφημίσουμε τον εαυτό μας σε όλους όσους συναντάμε και έτσι το εγώ μας θα φουσκώσει. Βλέπουμε πώς μερικοί άνθρωποι πρέπει να ψευδολογήσουν, να εξαπατήσουν και να δώσουν ψεύτικες υποσχέσεις, για να κάνουν άλλους ανθρώπους να προσδεθούν στο άρμα τους. Οι ηθοποιοί συχνά πρέπει να υποφέρουν με προσβλητικά έργα και πράξεις για χάρη της δημοτικότητάς τους και έτσι, η καλή φήμη που νόμιζαν ότι αποκτούσαν γίνεται συχνά ένα φορτίο με κακή φήμη.

Δεν υπάρχει τέλος στις επιθυμίες του νου και στους μπελάδες στους οποίους μας οδηγούν. Μιας και ακολουθούμε το δρόμο των επιθυμιών, γινόμαστε όπως ο πλούσιος άνδρας της ιστορίας. Τότε, αναρωτιόμαστε γιατί αφήσαμε τον ασφαλή παράδεισο της ειρήνης και της ικανοποίησης και γιατί θα πρέπει να υφιστάμεθα όλες αυτές τις δοκιμασίες και τα προβλήματα. Στο τέλος, αρχίζουμε να λαχταράμε την ειρήνη και την ευχαρίστηση που νιώθαμε, πριν η επιθυμία μάς παρασύρει.

Αν επιθυμούμε ειρήνη και ευτυχία, ας αντισταθούμε στο να παραδινόμαστε σε όλες τις επιθυμίες του μυαλού μας και αντίθετα, ας τιμήσουμε την ικανοποίηση που είναι δική μας, μέσα από τα βάθη της ψυχής μας.

Καθώς διαλογιζόμαστε, ας φράξουμε την πόρτα στις ατέλειωτες επιθυμίες που χτυπούν για να μπουν. Ας καθίσουμε στο ιερό της ψυχής μας σε μια κατάσταση ειρήνης και ικανοποίησης, ασφαλείς από τα προβλήματα που φέρνουν οι επιθυμίες.



Ποιον αγώνα δρόμου τρέχουμε;

Υπάρχει μια διδακτική ιστορία από τα γραπτά του Λέοντος Τολστόι. Υπήρχε ένας χωρικός στη Ρωσία που κατείχε ένα μικρό κομμάτι γης. Ζούσε μια ζωή ειρήνης και ικανοποίησης, μέχρι που μια μέρα άρχισε να ζηλεύει τον κουνιάδο του που ήταν ένας πλούσιος γαιοκτήμονας. Παρακολουθούσε τον κουνιάδο του που αγόραζε όλο και περισσότερη γη και είχε όλο και περισσότερους κολλήγους. Όσο πιο πλούσιος γινόταν ο κουνιάδος του, τόσο ο χωρικός αποκτούσε μεγαλύτερη επιθυμία να κάνει το ίδιο. Άρχισε, λοιπόν, να εξοικονομεί χρήματα, προκειμένου να αγοράσει κάποια αγροτεμάχια.

Όταν ο χωρικός με τις οικονομίες του είχε αποκτήσει αρκετά μεγάλο κεφάλαιο, άρχισε να ψάχνει να αγοράσει γη. Ετσι, όταν άκουσε ότι κάπου υπήρχαν κάποια φτηνά χωράφια σε μια γειτονική περιοχή, πήγε να τα δει. Εκεί, όμως ανακάλυψε ότι οι κάτοικοι της περιοχής εκείνης ζούσαν νομαδική ζωή.

Ο χωρικός αγόρασε μερικά δώρα για τον αρχηγό της νομάδος και υπεύθυνο της περιοχής και του ζήτησε να του πουλήσει ένα κομμάτι γης. Ο αρχηγός της νομάδος τον ευχαρίστησε για τα δώρα και του είπε ότι θα μπορούσε να έχει τόση γη, όση μπορούσε να κυκλώσει περπατώντας από το πρωί μέχρι τη δύση του ήλιου.

Ο χωρικός ενθουσιάστηκε με τη δυνατότητα που του δόθηκε να αποκτήσει ένα τόσο τεράστιο τμήμα γης. Εκείνη τη μέρα πολλοί χωρικοί συγκεντρώθηκαν να παρακολουθήσουν τον αγώνα του συναδέλφου τους ενάντια στο χρόνο. Τα χαράματα, ο χωρικός άρχισε να περπατά υπερβολικά γρήγορα, ώστε να μπορέσει να καλύψει τη μεγαλύτερη δυνατή απόσταση. Όταν ο ήλιος ανέβηκε ψηλά στον ουρανό, αν και έκανε τρομερή ζέστη, ο χωρικός δεν ήθελε να σπαταλήσει χρόνο, για να σταματήσει για τροφή και νερό, από φόβο μήπως χάσει την επιπλέον γη που θα κέρδιζε περπατώντας, καθώς όσο συνέχιζε να προχωρά, τόσο περισσότερη γη θα αποκτούσε. Ο χωρικός προσπαθούσε να καλύψει όσο μεγαλύτερη περιοχή μπορούσε,

περπατώντας κυκλικά σε έναν τεράστιο νοητό κύκλο, ο οποίος θα έπρεπε να κλείσει με τη δύση του ήλιου.

Ήταν τόσο άπληστος και ανικανοποίητος, που αν και ο ήλιος γινόταν ολοένα και πιο ζεστός, εξακολουθούσε να αρνείται να σταματήσει για να πιει νερό. Μετά από λίγες ώρες, τα πόδια του κουράστηκαν και πρήζονταν όλο και πιο πολύ, αλλά εκείνος αρνιόταν να σταματήσει για να ξεκουραστεί έστω και για μερικές στιγμές.

Τελικά, όταν ο ήλιος ήταν έτοιμος να δύσει, το πλήθος άρχισε να επιδοκιμάζει για τη νίκη του. Καθώς όμως ο χωρικός συμπλήρωνε τον κύκλο και επέστρεφε στην αφετηρία, η εξασθένιση και η δίψα τον κατέβαλαν, σε σημείο που κατέρρευσε και πριν το πλήθος συνειδητοποιήσει τι είχε συμβεί, είχε πεθάνει από δίψα, υπερκόπωση και εξάντληση.

Με λύπη, οι άνθρωποι προετοίμασαν την κηδεία του. Τον έθαψαν στο ίδιο σημείο στο οποίο κατέρρευσε. Έτσι, η μόνη γη που χρειάστηκε ήταν τα δύο μέτρα γης, στην οποία το σώμα του θα θαβόταν.

Αυτή η λυπητερή ιστορία απληστίας δεν είναι πολύ διαφορετική από τη ζωή πολλών ανθρώπων στη γη. Τι κάνουν οι περισσότεροι άνθρωποι; Ξοδεύουν τη ζωή τους σε έναν αγώνα, προσπαθώντας να βγάλουν όσα περισσότερα χρήματα μπορούν, να συσσωρεύσουν όση περισσότερη γη και όσο μεγαλύτερη περιουσία μπορούν, να κάνουν μεγάλο όνομα ή να αποκτήσουν όσο το δυνατόν μεγαλύτερη δύναμη, μόνο και μόνο για να ανακαλύψουν κάποτε ότι ο αγώνας τελειώνει τη στιγμή του θανάτου τους.

Τελικά όμως λίγοι είναι οι άνθρωποι που βρίσκουν ευχαρίστηση και ειρήνη στη ζωή τους, όταν ζουν μόνο και μόνο για να συγκεντρώσουν υλικά αγαθά σε αυτόν τον κόσμο. Οι άνθρωποι σκέφτονται ότι θα έρθει κάποια στιγμή, όταν θα έχουν επιτέλους αρκετά, που θα μπορούν να χαλαρώσουν και να απολαύσουν τους καρπούς της εργασίας τους. Αλλά πάρα πολλοί καταλήγουν να αφήνουν τον κόσμο, πριν να μπορέσουν να βρουν αυτή την ειρήνη.

Ο κόσμος είναι σαν έναν αγώνα. Μερικοί τον αποκαλούν αγώνα αρουραίων. Πασχίζουμε και τρέχουμε, όπως ο ποντικός μέσα σε έναν τροχό ή όπως ο αθλητής στο διάδρομο, το όργανο γυμναστικής, χωρίς όμως να φτάνουμε πουθενά. Πριν να το καταλάβουμε, η σφυρίχτρα σφυρά και ο χρόνος του αγώνα έχει λήξει.

Ο χωρικός ζούσε ευχαριστημένος, μέχρι που άρχισε να ζηλεύει τα υπάρχοντα των άλλων. Μετά άρχισε έναν αγώνα που κατέληξε στο θάνατό του.

Λίγοι συνειδητοποιούν ότι η ικανοποίηση και η ειρήνη είναι δικά μας. Είναι ήδη μέσα μας. Αν μπορούμε να παραμένουμε ακίνητοι σε διαλογισμό και να βυθιζόμαστε Εσωτερικά, θα βρούμε πλούτη πολύ πιο σπουδαία, από οποιαδήποτε άλλα θα μπορούμε να συναντήσουμε πάνω στη γη. Δε χρειάζεται να καταβάλουμε υπερπροσπάθειες, για να τα βρούμε. Μπορούμε να βιώνουμε την καθημερινή μας ζωή, κερδίζοντας τίμια το ψωμί μας, παρέχοντας τα αναγκαία στις οικογένειές μας και αν βγάζουμε αρκετά, το περίσσευμά μας να το μοιραζόμαστε και με τους άλλους. Τότε θα απολαμβάνουμε την ειρήνη και την ικανοποίηση μέσα μας. Δε χρειάζεται να θυσιάσουμε την εσωτερική μας ειρήνη στην επιδίωξη των εξωτερικών θησαυρών που ίσως έρθουν ή ίσως δεν έρθουν, που ίσως μας χαρίσουν ή ίσως δε μας χαρίσουν την ευτυχία που νομίζουμε ότι θα μας έδιναν.

Ο χωρικός δεν αφιέρωσε ούτε μια στιγμή για ξεκούραση και για να πιει νερό. Παρόμοια και εμείς αφιερώνουμε στιγμές στη ζωή μας για πνευματική εσωστροφή και ξεκούραση και για ένα ποτό από την πηγή του Φωτός μέσα μας; Υπάρχει μια Πηγή μακαριότητας, αγάπης και ειρήνης μέσα μας. Διαθέτουμε έστω και μια στιγμή κάθε μέρα, για να ξαποστάσουμε και να πιούμε από αυτή την πηγή;

Ας μην είμαστε σαν τον χωρικό. Ας βρίσκουμε χρόνο κάθε μέρα, για να ξεκουράσουμε και να αναζωογονήσουμε τους εαυτούς μας στην Πηγή των θείων θησαυρών μέσα μας, διαθέτοντας χρόνο για διαλογισμό. Με αυτόν τον τρόπο, μπορούμε

να σβήσουμε τη δίψα μας με την Αγάπη του Θεού που θα μας γεμίσει με Αγάπη και ειρήνη, καθώς ζούμε την καθημερινότητά μας. Θα φτάσουμε τους εγκόσμιους στόχους μας με ειρήνη και ηρεμία και θα πλημμυρίσουμε με την Εσωτερική μακαριότητα που κάνει τη ζωή όμορφη.



Επιθυμίες χωρίς τέλος

Μια φορά κι έναν καιρό ζούσε ένας ξυλουργός που συνήθιζε να δουλεύει έξω από το σπίτι του. Ήταν ευτυχισμένος καθώς έβγαζε το ψωμί του, φτιάχνοντας έπιπλα και διάφορα άλλα αντικείμενα τα οποία πουλούσε. Τραγουδούσε χαρούμενα και χαμογελούσε ενώ δούλευε, ευχαριστημένος από τη ζωή.

Κάποια μέρα, ένας νέος, πλούσιος γείτονας που τον ενοχλούσε ο θόρυβος που έκανε ο ξυλουργός ενώ πριόνιζε ξύλα, έφθασε σε σημείο να μην μπορεί να αντέξει άλλο το θόρυβο. Έτσι, σκέφθηκε έναν τρόπο να κάνει τον ξυλουργό να σταματήσει να δουλεύει και να πριονίζει ξύλα. Πήρε λοιπόν πολλά χρήματα, τα έβαλε μέσα σε ένα σακούλι και τα άφησε το βράδι στο εργαστήριο του ξυλουργού, με την ελπίδα ότι αυτός θα έπαιρνε τα χρήματα και δε θα χρειαζόταν να εργαστεί ξανά. *«Έτσι θα βρω την ησυχία μου»,* σκέφθηκε ο πλούσιος.

Την άλλη μέρα, ο ξυλουργός μπαίνοντας στο εργαστήριό του βρήκε το σακούλι με λεφτά πάνω στον πάγκο όπου εργαζόταν. Όμως, αντί να τα σπαταλήσει και να πάει διακοπές ή κάπου αλλού για να ξεκουραστεί, σκέφθηκε: *«Κάποιος μου άφησε εδώ πάρα πολλά χρήματα. Τι καλή τύχη! Θα πάρω μερικά από αυτά τα χρήματα και θα τα επενδύσω σε καινούρια εργαλεία, για να μπορώ να κατασκευάζω μεγαλύτερα και καλύτερα έπιπλα και να κερδίσω ακόμη περισσότερα χρήματα».* Έτσι, τα χρήματα πυροδότησαν την επιθυμία του ξυλουργού να κερδίσει περισσότερα χρήματα και άρχισε να δουλεύει ακόμη πιο σκληρά, ελπίζοντας να αυξήσει τα ήδη πολλά χρήματα που είχε κερδισει με την εργασία του και να τα

κάνει περισσότερα. Συγχρόνως, όμως, η περισσότερη δουλειά έφερε και περισσότερο θόρυβο.

Σε λίγο όμως, αν και έβγαζε περισσότερα χρήματα δεν ήταν και πάλι απόλυτα ευχαριστημένος. Έτσι, αποφάσισε να στρογγυλέψει το ποσό των χρημάτων που κέρδιζε και από εκατοντάδες να τα κάνει χιλιάδες και αργότερα, δεκάδες χιλιάδες, με αποτέλεσμα να δουλεύει ακόμη περισσότερο. Ο πλούσιος γείτονας στεναχωρήθηκε που το σχέδιό του είχε αποτύχει και που αντί να κάνει τον ξυλουργό να σταματήσει να δουλεύει, αυτός αντίθετα, αύξησε τις ώρες εργασίας του, αύξησε την παραγωγή του και επομένως, και το θόρυβο που έκανε.

Μετά από καιρό, όταν ο ξυλουργός είχε κερδίσει δεκάδες χιλιάδες, σκέφθηκε να τα στρογγυλέψει σε εκατοντάδες χιλιάδες. Έτσι, πίεζε τον εαυτό του να δουλεύει μέρα νύχτα, ακόμη και τα σαββατοκύριακα. Όμως από την πίεση της δουλειάς του τώρα, σταμάτησε να σιγομουρμουρίζει αμέριμνος και να τραγουδάει. Δεν ευχαριστιόταν πια τη δουλειά του, αλλά ένιωθε πνιγμένος από την πίεση που ασκούσε ο ίδιος στον εαυτό του, έχοντας αναλάβει περισσότερες υποχρεώσεις, καθώς έπρεπε να κατασκευάζει και να παραδίδει εγκαίρως περισσότερα έπιπλα. Πολλές βραδιές ήταν τόσο αγχωμένος, που δεν μπορούσε να κοιμηθεί. Η εσωτερική ικανοποίηση και ειρήνη που είχε πριν από καιρό, όταν ήταν απλώς ένας φτωχός ξυλουργός, είχαν χαθεί, λόγω της επιδίωξης να βγάζει όλο και περισσότερα χρήματα.

Ας σκεφτούμε τις δικές μας ζωές. Πιάνουμε τους εαυτούς μας να ξοδεύουμε όλο μας το χρόνο δουλεύοντας, για να κάνουμε χρήματα, ώστε να μπορέσουμε κάποτε να αποσυρθούμε. Δουλεύουμε υπερωρίες, για να κάνουμε περισσότερα χρήματα. Δουλεύουμε όλο το σαββατοκύριακο, για να αυξήσουμε τα κέρδη μας. Όμως όλα αυτά έχουν ως συνέπεια να μην μπορούμε να πάρουμε ούτε μια μέρα άδεια ή έστω να λείψουμε μερικές ώρες από τη δουλειά, χωρίς να σκεφτόμαστε τη δουλειά μας; Αν αυτό μας συμβαίνει, μήπως γινόμαστε σαν το ξυλουργό; Αν κάνουμε όλα τα χρήματα του κόσμου, αλλά δεν

απολαμβάνουμε προσωπική ειρήνη και χαρά στη δουλειά μας, αξίζει τον κόπο;

Αν βλέπουμε ότι αφιερώνουμε υπερβολικό χρόνο στο να κερδίζουμε λεφτά και ελάχιστο χρόνο στην οικογένειά μας, στα χόμπι μας, στις πνευματικές μας επιδιώξεις και στα πράγματα που αγαπάμε, τότε, χρειάζεται να το σκεφθούμε αν κάνουμε τις σωστές επιλογές. Είναι καλό να αποταμιεύουμε για το μέλλον, αλλά αξίζει να εξαντλήσουμε όλη μας τη ζωή στο να προσπαθούμε να έχουμε περισσότερα από όσα χρειαζόμαστε;

Ποιος ξέρει τι θα φέρει το μέλλον; Όταν γεράσουμε, θα έχουμε καλή υγεία ώστε να κάνουμε ό,τι περιμέναμε ολόκληρη τη ζωή μας ότι θα κάναμε, έχοντας πολλά χρήματα; Αν αναβάλλουμε τις πνευματικές μας επιδιώξεις, μέχρι να φτάσουμε σε μεγάλη ηλικία, ποιος ξέρει πόσος χρόνος θα έχει εναπομείνει ή αν θα υπάρχει η δυνατότητα να αφιερώνουμε χρόνο στην πνευματικότητα σε εκείνη την περίοδο της ζωής μας. Αν αγνοήσουμε την οικογένειά μας, μέχρι τα παιδιά μας να έχουν ήδη μεγαλώσει και να έχουν τα δικά τους παιδιά, χάνουμε ένα σημαντικό κομμάτι της ζωής μας, που δεν μπορεί ποτέ να αναπληρωθεί.

Ας αναλογιστούμε λοιπόν πώς ξοδεύουμε το χρόνο μας. Αν έχουμε αποφασίσει πως κάποιοι συγκεκριμένοι στόχοι είναι σημαντικοί, τότε πρέπει να προσπαθούμε να βρίσκουμε χρόνο για αυτούς καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής μας και να μην τους αναβάλλουμε, με σκοπό τη συσσώρευση χρημάτων, περισσότερων απ' όσα χρειαζόμαστε. Πρέπει να ζυγίζουμε το χρόνο μας και να σιγουρευόμαστε ότι δε χάνουμε την ειρήνη και την ικανοποίησή μας από το άγχος που προκαλεί η αχόρταγή μας διάθεση για χρήματα και ακίνητα. Το να είμαστε συνειδητοί για το πώς διαθέτουμε το χρόνο και τη ζωή μας είναι σημαντικό. Αν ακούσουμε την ψυχή μας, θα διαπιστώσουμε ότι η Εσωτερική ειρήνη και ικανοποίηση είναι πιο πολύτιμα από όλα τα πλούτη του κόσμου.

Δεκτικότητα

«Οτιδήποτε Εσύ μου δίνεις έχει γλυκιά γεύση»

Στην καθημερινή μας ζωή αντιμετωπίζουμε πολλές δυσκολίες, βάσανα και απογοητεύσεις. Τα πράγματα δεν πηγαίνουν πάντα, όπως τα θέλουμε. Αν ακούσουμε τις συζητήσεις των άλλων και επανεξετάσουμε και τα δικά μας λόγια και τις σκέψεις, βλέπουμε ότι πολλά αφορούν παράπονα για την ζωή. Η ζωή μερικές φορές φαίνεται να είναι πικρή και αυτή η ίδια η ζωή με τη σειρά της μας πικραίνει.

Έχουμε ποτέ σκεφθεί τη ζωή από μια διαφορετική οπτική γωνία; Σκεφθήκαμε ποτέ πόσο τυχεροί είμαστε που γεννηθήκαμε άνθρωποι και όχι σε κάποια άλλη μορφή ζωής στα τόσο πολλά είδη που υπάρχουν; Πόσα είδη ζωής υπάρχουν που βρίσκονται πάνω στη γη; Υπάρχουν θηλαστικά, ερπετά και έντομα. Υπάρχουν πλάσματα του αέρα και πλάσματα της θάλασσας. Ευτυχώς για εμάς, έχουμε γεννηθεί ανθρωποι.

Πόσοι από εμάς έχουν ευχαριστήσει τον Θεό για τη ζωή που μας έχει δοθεί; Παραπονιόμαστε στον Θεό, όταν τα πράγματα πηγαίνουν στραβά, αλλά για τα εκατοντάδες πράγματα που ο Θεός μάς έχει δώσει; Ο Θεός μας έχει δώσει αρκετό φαγητό, για να μας κρατήσει ζωντανούς μέχρι σήμερα. Έχουμε προστασία από τα στοιχεία της φύσης, έχουμε ρούχα και στέγη. Οι περισσότεροι από εμάς έχουν οικογένειες που μας αγαπούν. Έχουμε λάβει κάποια εκπαίδευση και έχουμε κάποια εργασία.

Αν δεχτούμε όλα όσα έρχονται σε εμάς ως δώρο από τον Θεό, τότε μπορούμε να αποδεχτούμε εξίσου κάτω από το Θείο

θέλημα και το καλό αλλά και τη δοκιμασία. Υπάρχει μια σχετική ιστορία για το βασιλιά Μαχμούντ του Γκάζνι. Κάποια μέρα, ενώ καθόταν με τον πιο αφοσιωμένο του υπηρέτη, τον Αγιάζ, μοιράστηκε το μισό από το αγγούρι που ήταν έτοιμος να φάει μαζί του. Ο Αγιάζ τον ευχαρίστησε και χαρούμενα έφαγε το κομμάτι που του έδωσε ο βασιλιάς. Όταν είχε τελειώσει, ο βασιλιάς πήρε μια δαγκωνιά του δικού του μισού.

«*Γιακ!*», φώναξε και έκανε μια γκριμάτσα αηδίας. «*Αυτό το αγγούρι είναι τόσο πικρό! Πώς μπόρεσες να φας αυτό που σου έδωσα, που ήταν πικρό σαν δηλητήριο;*»

Ο Αγιάζ απάντησε: «*Αγαπημένε μου βασιλιά, έχω απολαύσει τόσες πολλές χάρες και ευλογίες από εσένα όλα αυτά τα χρόνια. Για μένα, οτιδήποτε μου δίνεις έχει γλυκιά γεύση!*»

Η στάση του Αγιάζ φανερώνει την οπτική γωνία ενός αληθινού εραστή του Θεού. Ένας τέτοιος εραστής είναι τόσο ερωτευμένος με τον Θεό, τόσο ευγνώμων στον Θεό, που παίρνει τα πάντα, γλυκά ή πικρά, σαν ένα δώρο από τον Αγαπημένο του. Ο Αγιάζ είχε λάβει τόσες πολλές ευλογίες από το βασιλιά, που αισθανόταν ότι δεν ήταν πρέπον να παραπονεθεί, αν ένα από τα δώρα ήταν πικρό. Εξάλλου, αν ο βασιλιάς του έδινε τόσα πολλά, αυτό σήμαινε πως τον αγαπούσε. Αν επομένως, μια στις τόσες του έδινε και κάτι πικρό, ο Αγιάζ ήξερε ότι ο βασιλιάς δεν το έκανε από κακή πρόθεση. Έτσι δεχόταν όλα όσα του έδινε ο βασιλιάς με αγάπη και ευγνωμοσύνη.

Αν μπορούσαμε να αποδεχτούμε τις δύσκολες μέρες με την ίδια ευγνωμοσύνη με την οποία καλοδεχόμαστε και τις όμορφες μέρες, θα διαπιστώναμε πως οι ζωές μας θα ήταν πιο γεμάτες από αγάπη, ειρήνη και ευτυχία. Αν μπορούσαμε να εκτιμήσουμε τα ζιζάνια, όπως και τα τριαντάφυλλα, θα χαιρόμαστε την καθημερινότητά μας. Αν αντιμετωπίζαμε τους εχθρούς μας όπως τους φίλους μας, δε θα σπαταλούσαμε πολύτιμο χρόνο σε παράπονα και πικρία. Αν μπορούσαμε να αποδεχτούμε τις μέρες που είμαστε άρρωστοι και κακοδιάθετοι, όπως εκείνες που είμαστε καλά και υγιείς, θα μειώναμε το

άγχος και την ανησυχία μας και ίσως να θεραπευόμασταν και πιο γρήγορα.

Η ζωή είναι πολύτιμη. Θέλουμε να ζούμε τη ζωή μας στο μέγιστο της ευτυχίας; Ο πόνος και οι απογοητεύσεις δε θα φύγουν όσο και αν παραπονιόμαστε. Πρέπει να ξεπερνάμε αυτές τις στιγμές. Ας προσπαθούμε να το κάνουμε με μια κατάσταση ήρεμης αποδοχής και ας διατηρούμε την ενέργεια που συνήθως σπαταλάμε, για να κάνουμε παράπονα. Αντίθετα, μπορούμε να σκεφτόμαστε τον Θεό με Αγάπη και ευγνωμοσύνη. Τότε, θα διαπιστώσουμε ότι έτσι θα ξεπερνάμε τις δοκιμασίες της ζωής πολύ πιο εύκολα.

Όπως ο Αγιάζ, αν πάρουμε οτιδήποτε μας έρχεται από τον Θεό σαν να έχει γλυκιά γεύση, τότε θα γλυκαίνουμε τη ζωή μας και τις ζωές των άλλων γύρω μας.



Επιτυχία και επίτευξη στόχων

Παραμένοντας εστιασμένοι σε ένα στόχο

Η επιτυχία σε οποιοδήποτε τομέα απαιτεί να είμαστε εστιασμένοι στο στόχο μας. Εάν επιθυμούμε να γίνουμε γιατροί, επαγγελματίες αθλητές, σπουδαίοι τραγουδιστές, καλλιτέχνες ή πλούσιοι επιχειρηματίες, χρειάζεται να είμαστε απόλυτα εστιασμένοι στην επίτευξη αυτού του συγκεκριμένου στόχου μας. Κοιτάξτε τη ζωή οποιουδήποτε έχει κάνει ένα σπουδαίο επίτευγμα. Όλοι τους είχαν ένα κυρίαρχο πάθος και ένα σκοπό.

Το ίδιο ισχύει και στον τομέα της πνευματικής μας ανάπτυξης. Είναι σημαντικό η προσοχή μας να είναι εστιασμένη, όταν κάνουμε τις πνευματικές μας ασκήσεις. Το κυρίαρχο πάθος μας θα πρέπει να είναι η πραγμάτωση του αληθινού μας εαυτού. Η Θέωσή μας.

Υπάρχει μια ιστορία από τη ζωή ενός μεγάλου Σούφι αγίου, του Μπαγιαζίντ Μπιστάμι. Κάποτε ο Μπιστάμι καθόταν με τον πνευματικό του δάσκαλο. Ο δάσκαλος ζήτησε από τον Μπιστάμι να του φέρει ένα βιβλίο που βρισκόταν δίπλα στο παράθυρο. Ο Μπιστάμι απάντησε: *«Ποιο παράθυρο; Πού υπάρχει παράθυρο;»*

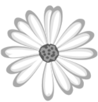
Ο δάσκαλος έμεινε έκπληκτος και τον ρώτησε: *«Πώς γίνεται να έρχεσαι να με βλέπεις όλα αυτά τα χρόνια και να μην ξέρεις πού είναι το παράθυρο;»*

Ο μαθητής απάντησε: *«Γιατί να νοιαστώ για τα παράθυρα; Όταν είμαι μαζί σου, βλέπω μόνο εσένα. Δεν βλέπω τίποτα, παρά μόνο εσένα».*

Ο δάσκαλος χαμογέλασε και είπε: «*Μπορείς να επιστρέψεις σπίτι τώρα. Το μάθημα της πνευματικής μαθητείας με εμένα τελείωσε! Έφτασες το στόχο!*»

Όταν προσπαθούμε να βρούμε την ψυχή μας και τον Θεό, πρέπει να εστιαζόμαστε στο να βρούμε αυτά και τίποτα άλλο. Ακόμα, όταν επικοινωνούμε με τον Θεό, δεν πρέπει να νοιαζόμαστε για τίποτα άλλο. Πρέπει να μεθάμε από την έκσταση του Θεού και να την αφήνουμε να μας γεμίζει και να μας ανυψώνει. Όταν διαλογιζόμαστε, πρέπει να συγκεντρωνόμαστε στο μέσο του Φωτός που βλέπουμε μπροστά μας και να αγνοούμε τις σκέψεις που κάνουμε. Όταν ακούμε τον Εσωτερικό Ήχο του Θεού, πρέπει να μένουμε εστιασμένοι στον Ήχο και να αγνοούμε οποιεσδήποτε σκέψεις μας έρχονται στο νου και μας αποσπούν. Με τον ίδιο τρόπο και εμείς επίσης, σαν το μαθητή στην ιστορία, θα ολοκληρώσουμε τον κύκλο των πνευματικών μας σπουδών και θα πετύχουμε τον πολυπόθητο στόχο μας.

Πρέπει να καθόμαστε σε διαλογισμό και προσευχή απόλυτα εστιασμένοι και συγκεντρωμένοι. Δεν πρέπει να αφήνουμε τίποτε από το περιβάλλον να διασπάει την προσοχή μας. Ενώ διαλογιζόμαστε, δεν πρέπει να προσέχουμε τον κόσμο έξω ή το σώμα μας. Δεν πρέπει να δίνουμε σημασία στις σκέψεις μας. Πρέπει να καθόμαστε στην πόρτα, σαν να είμαστε ένα μεγάλο μάτι και να περιμένουμε με τρυφερή αφοσίωση για οτιδήποτε έρχεται σε εμάς. Αυτός είναι ο τρόπος για να έχουμε επιτυχία στο Πνευματικό Μονοπάτι.



Τακτικότητα και επιμονή

Οι άνθρωποι θέλουν να έχουν Εσωτερικές εμπειρίες στο διαλογισμό τους, όμως οι περισσότεροι σπάνια διαθέτουν λίγο χρόνο για να διαλογιστούν. Η επιτυχία σε οτιδήποτε στη ζωή θέλει τακτικότητα και εξάσκηση.

Υπάρχει η σχετική ιστορία με τη βροχή και το βράχο. Κά-

ποτε, η γη, ο άνεμος, και η βροχή μιλούσαν με έναν τεράστιο βράχο. Ο βράχος είπε: «*Είμαι πιο δυνατός από όλους σας μαζί*».

Στην αρχή, οι τρεις τους συμφώνησαν ότι ο βράχος ήταν πολύ δυνατός. Αλλά ξαφνικά η βροχή είπε:

«Ίσως να είσαι δυνατός, αλλά εγώ είμαι πιο δυνατή από εσένα».

Οι υπόλοιποι γέλασαν με τη βροχή.

«Πώς θα μπορούσες να είσαι πιο ισχυρή από έναν βράχο; Είσαι μονάχα μικρές σταγόνες νερού».

Η βροχή απάντησε: «*Μπορώ να κάνω μια τρύπα στο βράχο, αν το θελήσω*».

Όλοι γέλασαν με τη βροχή και σκέφτηκαν ότι πρέπει να έχει ψευδασθήσεις.

«*Απλώς παρακολουθήστε και θα δείτε*», είπε η βροχή.

Και έτσι η βροχή άρχισε να πέφτει. Αργά και σταθερά, μικρές σταγόνες χτυπούσαν πάνω στο βράχο. Όμως, οι μέρες περνούσαν και τίποτα δεν γινόταν.

«*Βροχή, μέρες τώρα ρίχνεις τις σταγόνες σου*», είπε ο άνεμος, «*και τίποτα δεν έχει γίνει. Δεν έκανες καμιά τρύπα στο βράχο*».

Η βροχή είπε: «*Μην ανησυχείς. Παρακολούθησε και θα δεις*».

Οι μήνες και τα χρόνια περνούσαν και η βροχή συνέχιζε να χτυπά το βράχο. Τελικά, μετά από αρκετά χρόνια, ο άνεμος και η γη άκουσαν ένα θόρυβο. Έτρεξαν στο βράχο.

«*Τι συμβαίνει;*» ρώτησαν. Ο βράχος μουρμούρισε: «*Να, η βροχή έπεφτε σταθερά όλα αυτά τα χρόνια και σχηματίστηκε μια τρύπα επάνω μου*». Πραγματικά, οι σταγόνες της βροχής με τα χρόνια είχαν σκάψει μια τρύπα πάνω στο βράχο.

«Πώς το έκανες αυτό;» ρώτησαν οι άλλοι τη βροχή.

«*Δεν είναι από ένα βίαιο χτύπημα που δημιουργήθηκε η τρύπα στο βράχο, αλλά από τη σταθερή και τακτική πτώση μου επάνω του*», είπε η βροχή.

Αυτή η ιστορία μάς διδάσκει τι πρέπει και εμείς να κάνου-

με. Οι πνευματικές εμπειρίες δεν έρχονται με σποραδικές προσπάθειες. Είναι αποτέλεσμα ήπιας, συστηματικής και σταθερής προσπάθειας, μέρα με τη μέρα, στην πάροδο του χρόνου. Είναι με τη συνεχόμενη εξάσκηση που κάνουμε πρόοδο. Όπως λέει η παροιμία: «*Ο αργός αλλά σταθερός κερδίζει τον αγώνα*».

Αν νομίζουμε ότι διαλογιζόμενοι έξι ώρες μια φορά το χρόνο, θα επιτύχουμε το σκοπό μας, κάνουμε λάθος. Μόνο αν διαθέτουμε ορισμένο χρόνο καθημερινά και συστηματικά, με την πάροδο του χρόνου θα επιτύχουμε το στόχο μας στο Μονοπάτι της Πνευματικότητας.

Ας είμαστε τακτικοί. Ας βρίσκουμε χρόνο καθημερινά για να διαλογιζόμαστε. Μετά, όπως η σταθερή βροχή, σταγόνα-σταγόνα, λίγο-λίγο, σταδιακά, θα εισέλθουμε στον κόσμο του Φωτός.



Αξιοποιώντας στο έπακρο το χρόνο μας

Υπάρχει μία παραβολική ιστορία για ένα φτωχό ξυλοκόπο. Δούλευε πολύ σκληρά, για να κερδίσει τα προς το ζην. Μια μέρα, καθώς ο βασιλιάς περνούσε από τα μέρη του ξυλοκόπου στο δάσος, τον είδε να δουλεύει εξουθενωμένος. Ένιωσε λύπη για τη φτώχια του και θέλησε να κάνει κάτι για να τον βοηθήσει.

«*Ξυλοκόπε*», του είπε ο βασιλιάς. «*Έχω κάποιο χωράφι με δέντρα σανταλόξυλου. Θα σου το δώσω, να το αξιοποιήσεις και να βγάλεις πολλά χρήματα, ώστε να βγεις από τη φτώχια σου*».

Ο ξυλοκόπος τον ευχαρίστησε, πήρε το χωράφι, αλλά δεν μπορούσε να συνειδητοποιήσει την πραγματική αξία των δέντρων του σανταλόξυλου και έτσι αφού έκοψε πολλά δέντρα, τα πούλησε στην ίδια τιμή με τα συνηθισμένα ξύλα για το τζάκι. Μετά από λίγο καιρό και ενώ είχε πουλήσει τα περισσότερα από αυτά τα ξύλα, ο βασιλιάς ξαναπέρασε από την περιοχή του

ξυλοκόπου. Περίμενε να δει έναν αγρότη ευκατάστατο, αλλά ταράχτηκε όταν τον είδε να βρίσκεται ακόμη σε κατάσταση φτώχιας.

«*Πώς και δεν έχεις κάνει καθόλου χρήματα πουλώντας τα σανταλόξυλα;*» τον ρώτησε ο βασιλιάς. «*Αυτά τα δέντρα αξίζουν πολλά λεφτά*».

Ο ξυλοκόπος τότε συνειδητοποίησε ότι είχε χάσει μια χρυσή ευκαιρία για να γίνει πλούσιος, καθώς δεν του είχαν απομείνει παρά ελάχιστα δέντρα. Όμως έστω και αργά, μπόρεσε να πουλήσει τα υπόλοιπα σανταλόξυλα στη σωστή τους αξία και έτσι να κερδίσει αρκετά χρήματα, για να ζήσει άνετα τα υπόλοιπα χρόνια της ζωής του.

Η ιστορία του ξυλοκόπου είναι η ιστορία της ζωής μας. Το σανταλόξυλο συμβολίζει τον αριθμό των αναπνοών που μας έχουν δοθεί για αυτή μας τη ζωή. Αλλά όπως ο ξυλοκόπος, σπαταλάμε μεγάλο μέρος από το πολύτιμο δώρο των αναπνοών μας και του χρόνου μας. Αντί να συσσωρεύουμε πνευματικούς θησαυρούς με το δώρο που μας έχει δοθεί, αφήνουμε το χρόνο μας να χαθεί. Ο χρόνος είναι πολύτιμος. Μιας και φύγει, δεν μπορούμε να τον αναπληρώσουμε. Ας κάνουμε λοιπόν την καλύτερη χρήση του χρόνου μας, ώστε να μπορέσουμε να συσσωρεύσουμε πνευματικό πλούτο, πέρα και από τα πιο τρελά μας όνειρα και να ζήσουμε την υπόλοιπη ζωή μας ευτυχισμένοι.

Ο Διδάσκαλος μας βοηθάει να κατανοήσουμε τη σημαντικότητα της γήινης ζωής μας. Προς ποια κατεύθυνση καταναλώνουμε την κάθε στιγμή της ζωής μας; Με τι ανταλλάσουμε κάθε στιγμή της ζωής μας; Θέλουμε να τη ζήσουμε με σκέψεις θυμού και απληστίας; Θέλουμε να την ανταλλάξουμε με σκέψεις για τις ατυχίες μας στο παρελθόν ή με ανησυχία για το μέλλον; Θέλουμε να τη σπαταλήσουμε σε ανώφελες ενασχολήσεις ή επιθυμούμε να αφιερώσουμε την κάθε στιγμή, κάνοντας κάτι για να ανακαλύψουμε ποιοι είμαστε και γιατί είμαστε εδώ πάνω σε αυτό τον πλανήτη; Τι θα ήταν πιο πολύτιμο για εμάς στη ζωή μας;

Είμαστε έρμαια στη θάλασσα της ζωής χωρίς κανέναν σκοπό. Άραγε διαθέσαμε κάποιο χρόνο από τη ζωή μας, για να επιλέξουμε και να αποφασίσουμε προς ποια κατεύθυνση επιθυμούμε να πάμε; Ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ, ο πνευματικός μου Διδάσκαλος, αφιέρωσε κάποιο χρόνο στα νεανικά του χρόνια, για να αποφασίσει τι ήθελε να κάνει στη ζωή του. Μετά από πολλή σκέψη και ενδοσκόπηση, τελικά αποφάσισε και είπε: «*Πρώτα ο Θεός και έπειτα ο κόσμος*». Πήρε την απόφαση ότι ήθελε ως πρώτη προτεραιότητα στη ζωή του να πραγματώσει την Αυτογνωσία και τη Θεογνωσία. Με αυτόν το στόχο στο νου, η πορεία του ξεκίνησε και δε σταμάτησε, μέχρι που έφθασε σε αυτόν.

Αν κοιτάξουμε τις ζωές σπουδαίων ανθρώπων, βλέπουμε ότι πολλοί από αυτούς τους ανθρώπους είχαν επιλέξει την κατεύθυνση της ζωής τους. Ίσως να επιθύμησαν να αφοσιωθούν στην τέχνη τους, τα χόμπι τους, την επιστήμη τους, τις έρευνές τους ή την πνευματική τους ανάπτυξη, αλλά όλοι είχαν ένα κοινό χαρακτηριστικό: Δεν ήταν άνθρωποι επιπόλαιοι χωρίς σκοπό. Είχαν κάποιο σχέδιο και πορεύθηκαν με βάση αυτό το σχέδιο.

Ο Τέγκ Μπαχαντούρ, ο ένατος Γκουρού των Σιχ, απομονώθηκε και αφιέρωσε πάρα πολλά χρόνια στο διαλογισμό, σε ένα μικρό απομακρυσμένο σπίτι, μέχρι που βρήκε τον Θεό. Ο Βούδας εγκατέλειψε το βασίλειό του, για να αναζητήσει τη φώτιση. Πέρασε χρόνια, αναζητώντας τις απαντήσεις σε ερωτήματα για τη φύση του κόσμου και για το ποιοι πραγματικά είμαστε. Επίσης, ο Προφήτης Μωάμεθ πέρασε πολλά χρόνια σε μια σπηλιά σε αναζήτηση του Αλλάχ.

Αν επιθυμούμε να ανακαλύψουμε την ψυχή μας, χρειάζεται να αφιερώσουμε χρόνο για αυτό. Έχουμε δει πόσο γρήγορα η ζωή περνάει και εμείς παραμένουμε στην προσπάθεια να φροντίσουμε μόνο το φυσικό μας σώμα. Οι δραστηριότητες, όπως το φαγητό, ο ύπνος, το ντύσιμο και η δουλειά, για να βγάλουμε χρήματα και να ικανοποιήσουμε τις ανάγκες μας στη ζωή, μας απασχολούν για ένα πολύ μεγάλο μέρος του χρόνου που

διαθέτουμε. Χρειάζεται να εκτιμήσουμε πώς να κάνουμε την καλύτερη χρήση του λίγου ελεύθερου χρόνου που μας απομένει κάθε μέρα. Δεν θα πρέπει, όπως ο φτωχός ξυλοκόπος, να πετάξουμε το πολύτιμο δώρο του χρόνου που μας έχει δοθεί μέσα στην ανθρώπινη ύπαρξη.

Μπορούμε να μελετήσουμε πόσο χρόνο αφιερώνουμε σε ποικίλες δραστηριότητες κατά τη διάρκεια του εικοσιτετραώρου. Μετά, μπορούμε να αποφασίσουμε πώς να προσαρμόσουμε το πρόγραμμά μας, για να βρούμε το χρόνο να ανακαλύψουμε την ψυχή που είναι μέσα μας. Για να αποκαλύψουμε τη λάμψη και τους θησαυρούς της ψυχής μας, χρειάζεται να διαθέτουμε καθημερινά χρόνο σε διαλογισμό. Όσο περισσότερο χρόνο αφιερώνουμε σε αυτή την αναζήτηση, τόσο το καλύτερο. Αν αφιερώνουμε χρόνο καθημερινά στη σιγή του εαυτού μας, αντλώντας από την πνευματική θειότητα μέσα μας, θα έχουμε αξιοποιήσει το δώρο των σανταλόξυλων στο μέγιστο και θα έχουμε κάνει την καλύτερη δυνατή χρήση της γήινης ζωής μας.



Η αποτυχία οδηγεί στην επιτυχία

Ο Τόμας Έντισον ήταν ο εφευρέτης του ηλεκτρικού λαμπτήρα. Μπορούμε να φανταστούμε πώς θα ήταν οι ζωές μας, αν δεν υπήρχε αυτή η εκπληκτική εφεύρεση; Η ηλεκτρική λάμπα μας επιτρέπει να εργαζόμαστε τη νύχτα και να κάνουμε εργασίες που όλους τους προηγούμενους αιώνες ήταν αδύνατο να γίνουν, καθώς τα κεριά και οι φωτιές έχουν περιορισμένη ικανότητα φωτισμού.

Αν και σήμερα θεωρούμε αυτή την εφεύρεση σαν κάτι όχι τόσο δύσκολο να επιτευχθεί, εντούτοις επινοήθηκε μετά από σκληρότατη εργασία. Λέγεται ότι μια ημέρα, ένας κριτικός προσπάθησε να κακολογήσει τον Έντισον, λέγοντας ότι ο Έντισον είχε αποτύχει 25.000 φορές ενώ πειραματιζόταν με την “αποθηκευτική μπαταρία”. Τότε ο σπουδαίος Έντισον του

απάντησε: *«Όχι, δεν απέτυχα. Απλά ανακάλυψα 24.999 τρόπους με τους οποίους η μπαταρία δεν μπορεί να λειτουργήσει».*

Η επιμονή του Έντισον απέδωσε καρπούς επιτυγχάνοντας μια σπουδαία εφεύρεση. Στην ουσία, η επιμονή του μτά από τις αποτυχίες του, ήταν αυτό που τον έκανε επιτυχημένο. Αντιμετώπισε την αποτυχία σαν μια εμπειρία εκμάθησης, που τον οδήγησε τελικά στην επιτυχία. Αν είχε παραιτηθεί στην πρώτη, τη δέκατη, την εκατοστή ή μετά από 24.999 προσπάθειες, δε θα είχε επιτύχει ποτέ.

Μπορούμε λοιπόν να μιμηθούμε τη στάση του Έντισον στην κάθε του αποτυχία και στη δική μας πνευματική ζωή, όσον αφορά την άσκηση της προσευχής και του διαλογισμού. Πολλοί κάθονται για διαλογισμό και προσευχή καθημερινά, αλλά μερικές φορές αισθάνονται αποθαρρυμένοι, αν δεν έχουν φτάσει τον πνευματικό τους σκοπό τη δέκατη φορά που διαλογίζονται. Αντί να κυνηγήσουν τους στόχους τους και να επιμείνουν στο διαλογισμό τους, πολλοί άνθρωποι αποθαρρύνονται και εγκαταλείπουν τις προσπάθειές τους. Νιώθουν ότι αν δεν επιτύχουν το στόχο τους αμέσως, έχουν αποτύχει. Αυτή η στάση είναι η αιτία που ορισμένοι αποθαρρύνονται και εγκαταλείπουν το Μονοπάτι πολύ νωρίς. Αν ο Έντισον διέθεσε χρόνο, συνεχίζοντας να σχεδιάζει μια λάμπα 25.000 φορές μέχρι να επιτύχει, εμείς δε θα μπορούσαμε να καθίσουμε σε διαλογισμό 25.000 φορές, για να ανοίξουμε τον Εσωτερικό μας λαμπτήρα;

Η αποτυχία δε θα έπρεπε να μας αποθαρρύνει. Αν καθόμαστε σε διαλογισμό και αντιλαμβανόμαστε μόνο αστραπές φωτός ή μερικά χρωματιστά φώτα, δε θα πρέπει να απογοητευόμαστε. Αυτά είναι τα πρώτα βήματα. Διαλογιζόμενοι τακτικά, θα γίνουμε περισσότερο επιτυχημένοι στους διαλογισμούς μας. Δεν έχουμε ιδέα πόσο ωφέλιμο είναι για εμάς το κάθε λεπτό που αφιερώνουμε σε διαλογισμό. Ίσως να μη βλέπουμε πρόοδο αμέσως, αλλά όλα τα λεπτά και οι ώρες που διαθέτουμε σε διαλογισμό έχουν μια αθροιστική επίδραση. Αν τα παρα-

τήσουμε, επειδή μια μέρα δε βλέπουμε τίποτα και άλλη μέρα βλέπουμε μόνο μία κουκίδα φωτός και μια τρίτη μέρα βλέπουμε λίγο μπλε χρώμα, στο τέλος, ίσως χάσουμε τη μεγάλη μέρα που θα γεμίσουμε με το λαμπερό Φως του προορισμού μας.

Χρειάζεται επιμονή για να επιτύχουμε, όπως ο Έντισον. Αυτό σημαίνει να θεωρούμε την κάθε μέρα που νομίζουμε ότι έχουμε αποτύχει σαν ένα μάθημα για το τι να ***μην*** κάνουμε στο διαλογισμό μας. Αν υπάρξει μια μέρα χωρίς Φως στο διαλογισμό μας, θα είναι ώρα να αναλύσουμε μήπως δεν έχουμε ακολουθήσει την τεχνική σωστά. Μήπως ήμαστε απασχολημένοι στο να σκεπτόμαστε το παρελθόν ή το μέλλον αντί να διαλογιζόμαστε; Κάθε αποτυχία είναι μια ευκαιρία για να βελτιωθούμε την επόμενη φορά. Θα μάθουμε 24.999 πράγματα που πρέπει να *μην τα κάνουμε* στο διαλογισμό μας. Μέχρι την 25.000$^{\eta}$ φορά, που τελικά θα ανακαλύψουμε το σωστό τρόπο να διαλογιζόμαστε, και τότε θα ευλογηθούμε με άφθονο ακτινοβόλο Φως.

Καθώς καθόμαστε για διαλογισμό και προσευχή, ας μην αποθαρρυνόμαστε. Πρέπει να επιτελούμε το δικό μας μέρος της εργασίας. Να διαλογιζόμαστε με ακρίβεια και να αφήσουμε τα υπόλοιπα στον Θεό. Τότε, μια μέρα, θα δούμε ότι όλες μας οι προσπάθειες θα έχουν καρποφορήσει και θα ανακαλύψουμε το διακόπτη που διατηρεί την Εσωτερική λάμπα μέσα μας, αιώνια φωτεινή.



Προσήλωση στο σκοπό της ζωής

Αν κοιτάξουμε τις ζωές των αγίων και των Διδασκάλων μέσα στους αιώνες, θα βρούμε ένα χαρακτηριστικό γνώρισμα που ήταν καθοριστικό για την επιτυχία τους. Δεν ήταν ότι γεννήθηκαν με υπεράνθρωπες ικανότητες. Δεν ήταν ότι υπήρξαν κάτι περισσότερο από άνθρωποι. Το χαρακτηριστικό που τους έκανε να ξεχωρίζουν από τους υπόλοιπους ήταν η απόλυτη αφοσίωση στον πνευματικό στόχο της ζωής τους. Τα μάτια

τους ήταν στραμμένα στο σκοπό τους και δε σταμάτησαν τις προσπάθειές τους, μέχρι να φτάσουν το στόχο τους. Αν επιθυμούμε να πραγματοποιήσουμε οποιοδήποτε στόχο στη ζωή, το μυστικό της επιτυχίας είναι να μένουμε πιστοί στο στόχο ανεξάρτητα από τις συνθήκες, στα εύκολα και στα δύσκολα. Αυτό ισχύει και όταν επιθυμούμε να επιτύχουμε έναν πνευματικό στόχο, αλλά και όταν επιδιώκουμε ένα εγκόσμιο επίτευγμα. Οι άνθρωποι που επέτυχαν εγκόσμιους στόχους στα σπορ, στις επιστήμες ή στις τέχνες, πέτυχαν γιατί είχαν σταθερή προσήλωση στο στόχο τους.

Έχουμε ένα σχετικό παράδειγμα από τη ζωή ενός σπουδαίου Ινδού συγγραφέα, ποιητή και διανοούμενου, του Ραμπιτρανάθ Ταγκόρ. Ήταν αυτός που ίδρυσε το άσραμ Σαντινικετάν, όπου δούλευε σκληρά κάθε μέρα της ζωής του. Κάποτε το 1939, τον επισκέφθηκε στο άσραμ ο Μαχάτμα Γκάντι και μάλιστα, έδωσε εκεί και μία δημόσια διάλεξη. Μετά τη διάλεξη, κουβέντιασαν με τον Ραμπιτρανάθ Ταγκόρ διάφορα θέματα κοινού ενδιαφέροντος και στη συνέχεια, πήραν το μεσημεριανό τους φαγητό. Αργότερα και ενώ ο Γκάντι Τζι πήγαινε στο δωμάτιό του να ξεκουραστεί, μερικοί εργάτες του άσραμ που ήταν οπαδοί του Ραμπιντρανάθ Ταγκόρ τον πλησίασαν και του είπαν:

«*Γκάντι Τζι, μπορείς να μας βοηθήσεις;*»

«*Τι συμβαίνει;*» ρώτησε ο Μαχάτμα Γκάντι.

«*Να… ανησυχούμε για την υγεία του Ραμπιτρανάθ Ταγκόρ. Δεν είναι πολύ καλά. Οι γιατροί τον συμβούλεψαν να ξεκουράζεται, αλλά αυτός το αρνείται. Μετά το μεσημεριανό φαγητό, πηγαίνει αμέσως πίσω στη δουλειά και δεν ξεκουράζεται ούτε λεπτό. Δε θέλουμε να επιδεινωθεί η υγεία του*».

Ο Γκάντι Τζι ρώτησε: «*Γιατί θέλετε να του μιλήσω εγώ;*»

Αυτοί απάντησαν: «*Ξέρουμε ότι δε θα αρνηθεί τη δική σου συμβουλή*».

Έτσι, ο Γκάντι Τζι συμφώνησε να προσπαθήσει να μιλήσει στον Ραμπιτρανάθ Ταγκόρ, ώστε να αρχίσει να ξεκουράζεται

κατά τη διάρκεια της ημέρας.

Αφού ο Γκάντι Τζι αναπαύθηκε για λίγο, πήγε στο κτίριο που διέμενε ο Ραμπιτρανάθ Ταγκόρ. Τον βρήκε απορροφημένο στη δουλειά του. Όταν ο Ταγκόρ έστρεψε το βλέμμα του και είδε δίπλα του τον Γκάντι Τζι, τον ρώτησε:

«Δεν είσαι άνετα εδώ στο άσραμ και γι' αυτό διέκοψες την ανάπαυσή σου τόσο σύντομα;»

Ο Γκάντι απάντησε: *«Έχω έρθει να σου ζητήσω κάτι. Σε παρακαλώ, να μου το υποσχεθείς κι ας μη γνωρίζεις τι είναι».*

Ο Ταγκόρ είπε: *«Πρέπει να ξέρω πρώτα περί τίνος πρόκειται».*

«Ωραία», είπε ο Γκάντι Τζι, *«έχω έρθει να σου ζητήσω να ξεκουράζεσαι μετά το μεσημεριανό σου φαγητό, ώστε να μην καταρρεύσει η υγεία σου. Δε σε βλέπω αρκετά δυνατό αυτές τις μέρες».*

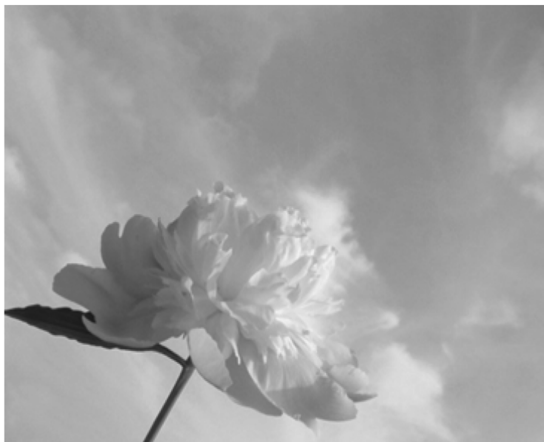
Ο Ταγκόρ απάντησε: *«Μα, μπορώ να το κάνω αυτό; Πρέπει να σου πω την αλήθεια και εσύ θα με καταλάβεις. Όταν ήμουν δώδεκα ετών, φόρεσα την ιερή κλωστή. Σε εκείνη την τελετή, ορκίστηκα ποτέ να μην ξεκουράζομαι, ούτε στιγμή, κατά τη διάρκεια της ημέρας και για κανέναν λόγο. Μέχρι τώρα έχω τηρήσει τον όρκο μου. Πόσα χρόνια ακόμη έχω να ζήσω; Γιατί να σπάσω αυτόν τον όρκο τώρα;»*

Η σταθερή αποφασιστικότητα του Ταγκόρ και η δέσμευση στην υπόσχεσή που είχε δώσει συγκίνησαν τον Γκάντι Τζι. Για εξήντα επτά χρόνια, ο Ταγκόρ δεν είχε ξεκουραστεί ποτέ κατά τη διάρκεια της ημέρας. Τότε, ο Γκάντι Τζι του είπε: «*Τώρα καταλαβαίνω και το μυστικό της επιτυχίας σου!*»

Αν κάποιος μπορεί να δεσμευτεί για έναν εγκόσμιο στόχο και να κατορθώσει σπουδαίες επιτυχίες, όπως ο Ταγκόρ, φανταστείτε τι θα μπορούσε να καταφέρει στον πνευματικό τομέα. Εμείς, αν μπορούσαμε να δεσμευτούμε στο διαλογισμό μας με την ίδια ακλόνητη αποφασιστικότητα, όπως ο Ταγκόρ είχε κάνει στο λογοτεχνικό του έργο και στην εγκόσμια εργασία του, θα ήμαστε και εμείς εξίσου επιτυχημένοι.

Το πρόβλημα δεν είναι ότι είμαστε ανίκανοι να σημειώσουμε πνευματική πρόοδο –γιατί αυτό το δώρο είναι διαθέσιμο στον καθένα– αλλά ότι στερούμαστε δέσμευσης για συστηματική εργασία. Τη μια μέρα διαλογιζόστε μερικά λεπτά, μετά για κάποιες ημέρες δε διαλογιζόμαστε καθόλου. Στη συνέχεια, τη μια μέρα διαλογιζόμαστε μια ώρα και ίσως μια στις τόσες, κάποια ιδιαίτερη μέρα να διαθέσουμε περισσότερο χρόνο. Αυτό όμως δεν είναι ειλικρινής δέσμευση. Αυτό είναι μόνο μια χλιαρή προσπάθεια. Αν διαθέταμε συστηματικά και καθημερινά χρόνο με πίστη και αφοσίωση, θα πετυχαίναμε την πρόοδο που επιδιώκουμε.

Για εκείνους που αληθινά επιθυμούν πνευματική πρόοδο, αυτή είναι δυνατή μόνο μέσω σταθερής δέσμευσης στο στόχο. Αν μπορούσαμε να αναλάβουμε τη δέσμευση μια για πάντα και εμμέναμε σε αυτή με σχολαστικότητα, όπως έκανε ο Ταγκόρ για τον εγκόσμιο στόχο του, θα ανυψωνόμασταν και εμείς σύντομα στα Εσωτερικά πνευματικά βασίλεια.



Άσε το να φύγει

Προσκόλληση και απελευθέρωση

Μια φορά κι έναν καιρό ζούσε ένας άνθρωπος μόνος του και φύλαγε τα λεφτά του μέσα σε ένα βαρύ πέτρινο βάζο, ώστε κανείς να μην μπορεί να τον κλέψει. Κάποια μέρα, ενώ ο άνθρωπος αυτός ήταν έξω και καλλιεργούσε τη γη του, ένας κλέφτης διέρρηξε το σπίτι του. Ψάχνοντας για να κλέψει κάτι, βρήκε το βαρύ πέτρινο βάζο. Με δυσκολία μπόρεσε να το κουνήσει και τότε άκουσε το θόρυβο που έκαναν τα νομίσματα που υπήρχαν εκεί μέσα. Δεν μπορούσε όμως να σηκώσει το βάζο και γι᾽ αυτό, έβαλε το χέρι του μέσα για να βγάλει τα χρήματα. Όμως, το χέρι του ίσα που χώρεσε μέσα από λαιμό του δοχείου. Ο άνδρας άρπαξε όσα περισσότερα νομίσματα μπορούσε, κρατώντας τα σφιχτά μέσα στη γροθιά του. Όταν, όμως, προσπάθησε να τραβήξει έξω το χέρι του, δεν μπορούσε να το βγάλει. Κατέβαλε απεγνωσμένες προσπάθειες, για να τραβήξει έξω το χέρι του, αλλά η σφιγμένη γροθιά του δεν του επέτρεπε να το βγάλει. Ενώ κρατούσε τα χρήματα, το χέρι του δεν χωρούσε να περάσει από το λαιμό του βάζου. Για αυτό, άφησε τα χρήματα και τότε το χέρι του ελευθερώθηκε. Έτσι, μπόρεσε να το βγάλει από το βάζο. Αλλά επειδή ήταν αποφασισμένος να πάρει τα χρήματα, προσπάθησε ξανά και ξανά. Κάθε φορά όμως που έκλεινε τα νομίσματα στη γροθιά του, το χέρι του ήταν αδύνατο να βγει από το δοχείο.

Ξαφνικά, άκουσε να έρχεται ο ιδιοκτήτης του σπιτιού. Ήξερε ότι αν δεν έβγαζε το χέρι του από το βάζο, θα τον έπιαναν. Αλλά ήταν τόσο αποφασισμένοςνα βγάλει τα χρήματα

έξω από το βάζο, που δεν εγκατέλειψε την προσπάθειά του. Το αποτέλεσμα ήταν ότι ο αγρότης μπήκε στο σπίτι, τον έπιασε και φώναξε την αστυνομία να τον συλλάβει.

Και εμείς είμαστε σαν τον κλέφτη της ιστορίας. Οι επιθυμίες μας μάς κάνουν να παραμένουμε αιχμάλωτοι με το χέρι μέσα στο βάζο και μάς κρατούν δέσμιους μέσα σε αυτόν τον κόσμο. Μπορούμε να ελευθερωθούμε, μόνο όταν εγκαταλείψουμε τις προσκολλήσεις μας στα πράγματα αυτού του κόσμου. Πρέπει να εγκαταλείψουμε κάθε επιθυμία που μας δημιουργεί προσκόλληση και μας φυλακίζει, ώστε να μπορέσουμε να απολαύσουμε αληθινή ελευθερία. Χρειάζεται να χαλιναγωγήσουμε την επιθυμία στο να αποκτούμε χρήματα και αγαθά, για να αποδεσμευτούμε. Μόνο τότε θα βρούμε τη χαρά της ελευθερίας.

Τι είδους χαρά γνώρισε ο κλέφτης που κυνηγούσε τα χρήματα; Καμιά χαρά. Αντί για χαρά, κατέληξε δέσμιος στη φυλακή. Είμαστε και εμείς κρατούμενοι, δέσμιοι στη φυλακή του φυσικού κόσμου. Ξοδεύουμε όλη μας τη ζωή, κυνηγώντας πράγματα που δε θα μας δώσουν ευτυχία.

Οποιαδήποτε υλικά κέρδη έχουμε στον κόσμο, συνήθως οδηγούν σε περισσότερη δουλεία, αν είμαστε προσκολλημένοι σε αυτά. Για παράδειγμα, αν θέλουμε ένα μεγάλο σπίτι, πρέπει να δουλεύουμε περισσότερες ώρες, για να συγκεντρώσουμε περισσότερα χρήματα και να πληρώνουμε την υποθήκη καθώς και για τη συντήρησή του. Μετά πρέπει να το γεμίσουμε με περισσότερα έπιπλα. Θα χρειαστεί ακόμα περισσότερος χρόνος εργασίας για την αγορά των επίπλων και χρόνος για να καθαρίζουμε και να τακτοποιούμε τα πάντα. Πριν καν το καταλάβουμε, το μεγάλο σπίτι που υποτίθεται ότι θα μας έφερνε ευχαρίστηση, μας έχει κάνει σκλάβο του. Δεν έχουμε πια χρόνο για την οικογένειά μας, τα παιδιά μας ή τις ασχολίες που μας δίνουν περισσότερη πληρότητα. Ξοδεύουμε όλο μας το χρόνο, κυνηγώντας πράγματα που σίγουρα δε θα μας δώσουν αληθινή και διαρκή ευτυχία.

Όμοίως, όταν θέλουμε να αγοράσουμε έναν υπολογιστή

τελευταίας τεχνολογίας. Τον αγοράζουμε και μετά βρισκόμαστε να δουλεύουμε σκληρότερα, για να αγοράσουμε όλα τα κατάλληλα λογισμικά και τον εξοπλισμό που θα τον κάνουν να λειτουργήσει. Όμως, σύντομα συνειδητοποιούμε ότι δεν είμαστε ικανοποιημένοι με έναν απλό υπολογιστή. Θέλουμε να τον αναβαθμίσουμε για να γίνει πιο γρήγορος και πιο ευέλικτος. Μετά ανακαλύπτουμε πως ο υπολογιστής που υποτίθεται ότι θα μας εξοικονομούσε χρόνο, μας παίρνει όλο και περισσότερο από το διαθέσιμό μας χρόνο. Καταλήγουμε να ξοδεύουμε ατέλειωτες ώρες, μαθαίνοντας να χρησιμοποιούμε τον υπολογιστή. Ξοδεύουμε ώρες εξερευνώντας το διαδίκτυο. Το σύστημα του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου που υποτίθεται ότι θα έκανε τις επικοινωνίες μας πιο γρήγορες, παίρνει όλο και περισσότερο από το χρόνο μας. Ξαφνικά, βρίσκουμε πενήντα ανθρώπους να μας στέλνουν μηνύματα κάθε μέρα και να περιμένουν μια άμεση απάντηση. Αν δεν απαντήσουμε αμέσως, μας κατηγορούν ότι δεν ανταποκρινόμαστε και είμαστε αδιάφοροι προς αυτούς. Έτσι, ξοδεύουμε όλο και περισσότερες ώρες στον υπολογιστή. Τελικά, γινόμαστε δούλοι στα υπάρχοντά μας.

Πώς μπορούμε να βάλουμε τέλος στη δουλεία μας; Όταν εγκαταλείψουμε τις επιθυμίες μας για παροδικά κέρδη, μπορούμε να ελευθερωθούμε. Τότε η ψυχή μας μπορεί να βιώσει την Αγάπη και την ομορφιά που μας προσφέρει ο Θεός. Η αληθινή ευτυχία έρχεται, όταν συνδεόμαστε με την Πηγή της χαράς μέσα μας, την ψυχή μας και τον Θεό. Για να το επιτύχουμε αυτό, πρέπει να αποσύρουμε την προσοχή μας από τους εγκόσμιους πειρασμούς και να ακούσουμε τη φωνή της ψυχής μας. Όμορφες μελωδίες του Θεού αντηχούν μέσα μας όλη την ώρα. Φως και Αγάπη βρίσκονται και λάμπουν μέσα μας. Αποσύροντας την προσοχή μας από τον κόσμο, εγκαταλείπουμε την προσκόλλησή μας στα νομίσματα που κρατούν το χέρι μας σφηνωμένο στο βάζο. Αφήνοντάς τα να φύγουν, αποκτούμε αιώνια ελευθερία.

Καθισμένοι σε διαλογισμό, ελεύθεροι από όλες τις εγκό-

σμιες επιθυμίες και προσκολλήσεις –γιατί μπορούμε να τις αφήσουμε να φύγουν– θα βρεθούμε ελεύθεροι για να υψωθούμε μέχρι τον Θεό.



Επιμονή

Η επιμονή οδηγεί στην επιτυχία

Ένας από τους μύθους του Αισώπου μας μιλά για ένα γέρικο κοράκι. Το κοράκι περιπλανιόταν στην ύπαιθρο και δίψασε. Δεν είχε πιει νερό για μέρες. Τελικά, βρήκε ένα δοχείο που είχε λίγο νερό στον πάτο του. Το πουλί έβαλε το ράμφος του μέσα στο δοχείο για να πιει, αλλά αυτό ήταν στενό και το ράμφος του δεν μπορούσε να αγγίξει τη στάθμη του νερού. Στην αρχή, δεν ήξερε τι να κάνει. Σκέφθηκε ότι μάλλον δεν επρόκειτο να καταφέρει να πιει νερό. Μετά, όμως, του ήρθε μια ιδέα. Άρχισε να ρίχνει μικρά βότσαλα μέσα στο δοχείο, ένα κάθε φορά. Με κάθε βοτσαλάκι που έπεφτε μέσα, ανέβαινε η στάθμη του νερού από τον πυθμένα. Ένα-ένα, έβαζε όλο και περισσότερα μικρά βότσαλα. Προς στιγμήν έμοιαζε ανώφελο, καθώς ακόμη το κοράκι δεν μπορούσε να φτάσει το νερό. Όμως, όταν έβαλε αρκετά βότσαλα, η στάθμη του νερού τελικά ανέβηκε και το πουλί μπόρεσε να πιει και να ικανοποιήσει τη δίψα του.

Αυτή η κατάσταση είναι όμοια με το χρόνο που διαθέτουμε στο διαλογισμό. Ίσως, αρχικά, να φαίνεται ότι η κάθε ώρα οδηγεί στο πουθενά και δεν κάνουμε πρόοδο. Ωστόσο, δεν μπορούμε να δούμε τα αποτελέσματα στα πρώιμα στάδια. Τελικά, οι ώρες επίμονου και σωστού διαλογισμού θα συσσωρευτούν και θα ανακαλύψουμε ότι θα αρχίσουμε να αποκτούμε όλο και περισσότερα κέρδη από το διαλογισμό μας.

Δεν πρέπει να αποθαρρυνόμαστε και σίγουρα δεν πρέπει να εγκαταλείπουμε τις προσπάθειές μας. Πρέπει να επιμένουμε στους διαλογισμούς μας και κάποια μέρα, προς έκπληξή μας, το νερό της πνευματικότητας θα αυξηθεί και θα μπορούμε να πιούμε από αυτό, όσο επιθυμεί η καρδιά μας.

Αισιοδοξία

Βρείτε καλό στα πάντα

Πολλοί τείνουν να βλέπουν ένα ποτήρι με λίγο νερό, ως μισοάδειο αντί μισογεμάτο. Όταν αξιολογούμε μια κατάσταση, η συνηθισμένη τάση των ανθρώπων είναι να σκέπτονται την κακή πλευρά αντί την καλή.

Υπάρχει μια διδακτική ιστορία που αφορά έναν ήρωα της παιδικής λογοτεχνίας, γνωστό ως Ροβινσόνα Κρούσο. Το πλοίο του είχε προσαράξει και αβοήθητος σε ένα ερημικό νησί, έπρεπε να βρει τρόπους για να επιβιώσει.

Ενώ ήταν στο νησί, έφτιαξε δύο λίστες. Τη μια λίστα την ονόμασε «*κακή*» και την άλλη «*καλή*». Επανεξέτασε την κατάστασή του και κατέγραψε ανάλογα ό,τι του συνέβη σε κάθε μία από τις δύο στήλες. Έγραψε λοιπόν:

«Είμαι εγκαταλελειμμένος σε ένα ερημικό νησί, το οποίο είναι κακό. Είμαι όμως ακόμη ζωντανός, το οποίο είναι καλό. Όλοι οι υπόλοιποι άνθρωποι στο πλοίο πέθαναν, αλλά εγώ επέζησα».

Μετά έγραψε:

«Είμαι ολομόναχος, το οποίο είναι άσχημο, αλλά δεν πεινάω, που είναι καλό».

Καθώς σκεφτόταν περισσότερο την κατάστασή του έγραψε:

«Δεν έχω ρούχα, που είναι άσχημο. Αλλά από την άλλη μεριά, είναι τόσο ζεστά εδώ, που δε χρειάζομαι ρούχα, έτσι και αυτό είναι καλό».

Μετά έγραψε:

«Δεν έχω όπλα να υπερασπιστώ τον εαυτό μου εναντίον των ζώων, το οποίο είναι άσχημο. Αλλά ευτυχώς δεν υπάρχουν άγρια ζώα σε αυτήν την παραλία εδώ, έτσι και αυτό

είναι καλό».

Στο τέλος έγραψε:

«Δεν έχω κανέναν για να μιλήσω, πράγμα το οποίο είναι άσχημο. Αλλά το πλοίο είναι κοντά στην ακτή και μπορώ να πάρω πράγματα από το πλοίο για τις βασικές μου ανάγκες, που είναι και αυτό καλό».

Αφού τελείωσε με τη λίστα του, ο Ροβινσόνας Κρούσος συμπέρανε ότι η κατάσταση δεν ήταν και τόσο τρομερή καθώς υπήρχε μια επίστρωση σαν χρυσόσκονη πάνω σε όλα και για την οποία οι άνθρωποι θα μπορούσαν να βρούν ένα λόγο να ευγνωμονούν τον Θεό

Αυτή η στάση είναι μια υγιής στάση και μας εξοικονομεί αρκετό χρόνο από το να είμαστε ταραγμένοι, ανήσυχοι, θλιμμένοι και αποθαρρυμένοι. Αντί για αυτά, ο χρόνος μας μπορεί να αξιοποιηθεί στο να βρούμε τον Θεό, παραμένοντας εστιασμένοι στον πνευματικό μας στόχο. Κάθε φορά που παραπονιόμαστε και δυσανασχετούμε για την κατάστασή μας, σπαταλάμε πολύτιμο χρόνο.

Δύο άνθρωποι πάνε σε κάποια γιορτή. Ο ένας καταναλώσει το χρόνο του ανακαλύπτοντας εκεί τα στραβά των ανθρώπων, παραπονούμενος για το φαγητό και γκρινιάζοντας που πιθανώς οι προσδοκίες του, όσον αφορά διάφορα πράγματα, δεν εκπληρώθηκαν. Ένα άλλο άτομο απολαμβάνει το ότι βρίσκεται μαζί με άλλους ανθρώπους και το φαγητό που επιλέγει από το μπουφέ του αρέσει. Και οι δύο άνθρωποι είναι στο ίδιο περιβάλλον. Ο ένας εστιάζεται σε οτιδήποτε θεωρεί λάθος, ενώ ο άλλος ψάχνει για αυτό που είναι καλό και ευχάριστο. Όταν φύγουν και οι δύο απο την γιορτή, ο ένας, αυτός ή αυτή, θα πει ότι πέρασε φρικτές στιγμές, ενώ ο άλλος θα πει ότι πέρασε υπέροχα. Ποιος από τους δύο θα νιώσει περισσότερο ικανοποιημένος και ευδιάθετος στο τέλος της γιορτής;

Παρόμοια, κάθε μέρα και εμείς αντιμετωπίζουμε πολλές καταστάσεις. Μπορούμε να επιλέξουμε να εστιαστούμε στην αρνητική πλευρά και να χαραμίσουμε τον υπόλοιπο χρόνο μας παραπονούμενοι ή μπορούμε να επιλέξουμε να εστιαστούμε

στη θετική πλευρά και να αντλήσουμε χαρά και ευχαρίστηση από αυτές.

Μπορούμε να αναπτυχθούμε πνευματικά, εστιάζοντας την προσοχή μας στο να είμαστε θετικοί και διαθέτοντας το χρόνο μας σε πνευματικές σκέψεις. Αν επιλέξουμε να απασχολούμε τους εαυτούς μας με αρνητικές σκέψεις και αυτές να τριγυρίζουν στο μυαλό μας, θα σπαταλούμε ανεκτίμητο χρόνο που θα μπορούσαμε να τον διαθέσουμε ενθυμούμενοι τον Θεό.

Βρείτε κάτι καλό σε όλα τα πράγματα. Ακόμη και όταν αντιμετωπίζετε προκλήσεις.

Μπορούμε να σκεφτόμαστε τη φωτεινή πλευρά και να κάνουμε την καλύτερη χρήση της πολύτιμης ζωής μας.



Ανιδιοτελής προσφορά

Ο Θεός ευλογεί εκείνους που δίνουν

Ένα από τα σπουδαιότερα πράγματα που ένας άνθρωπος μπορεί να κάνει είναι να προσφέρεται και να υπηρετεί τους άλλους. Ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ συνήθιζε να λέει: «*Δίνε, δίνε και δίνε*». Πολλοί άνθρωποι φοβούνται να δώσουν, γιατί ανησυχούν ότι θα μείνουν με λιγότερα. Δεν αντιλαμβάνονται ότι υπάρχει ένας νόμος αφθονίας στον τρόπο που εργάζεται το σύμπαν. Όποτε δίνουμε χωρίς ιδιοτέλεια, ακόμα και χωρίς καν να μας ζητηθεί, καταλήγουμε να έχουμε περισσότερα.

Για να το διευκρινίσω αυτό, υπάρχει ένα υπέροχο διήγημα.

Κάποτε υπήρχε ένας ηλικιωμένος άνδρας από την Αραβία που είχε τρεις γιους. Κοντά στο τέλος της ζωής του, κάλεσε τους γιους τους στο νεκροκρέβατό του και τους είπε:

«Όταν πεθάνω, να μοιραστείτε τα υπάρχοντά μου».

Στράφηκε στο μεγαλύτερο γιο του και είπε:

«Εσύ θέλω να πάρεις τη μισή περιουσία μου».

Μετά στράφηκε στο μεσαίο γιο του και είπε:

«Θέλω να πάρεις το ένα τρίτο από τα υπάρχοντά μου».

Και τέλος, στο νεότερο γιο του είπε:

«Εσύ θέλω να πάρεις το ένα ένατο από την περιουσία που θα αφήσω».

Πολύ σύντομα ο ηλικιωμένος άνθρωπος πέθανε. Όταν μάζεψαν τα υπάρχοντά του, ανακάλυψαν ότι όλα όσα κατείχε στη ζωή ήταν δεκαεπτά καμήλες. Οι γιοι τότε άρχισαν να συζητούν για τη μοιρασιά των δεκαεπτά καμήλων. Γρήγορα, όμως, ανακάλυψαν ότι ήταν αδύνατον να χωρίσουν τις δεκα-

επτά καμήλες ακριβώς όπως είχε ζητήσει ο πατέρας τους και γι᾽αυτό, άρχισαν να μαλώνουν μεταξύ τους για τη μοιρασιά. Μην μπορώντας να βρουν λύση, πήγαν σε έναν ηλικιωμένο φίλο του πατέρα τους για να τον συμβουλευτούν.

Ο άνθρωπος αυτός συνειδητοποίησε ότι οι δεκαεπτά καμήλες δεν μπορούσαν να μοιραστούν σε ένα δεύτερο, ένα τρίτο και ένα ένατο. Σκέφθηκε για λίγο και τους είπε: «*Είμαι φτωχός. Έχω μόνο μια καμήλα και αν προσέθετα αυτήν την καμήλα στις δικές σας, θα μπορούσατε να μοιράσετε τις καμήλες, σύμφωνα με τις επιθυμίες του πατέρα σας και να έχετε αρμονία μεταξύ σας*».

Όταν πρόσθεσε την καμήλα του στις δεκαεπτά, έγιναν δεκαοχτώ οι καμήλες και έτσι εύκολα μπορούσαν να τις μοιραστούν, όπως επιθυμούσε ο πατέρας των αγοριών. Ο μεγαλύτερος πήρε το ένα δεύτερο, δηλαδή εννέα καμήλες. Ο μεσαίος γιος πήρε το ένα τρίτο, δηλαδή έξι καμήλες. Ο νεότερος γιος πήρε το ένα ένατο από τις δεκαοχτώ, δηλαδή δύο καμήλες. Έτσι οι τρεις γιοι έφυγαν ευτυχισμένοι.

Όταν ο ηλικιωμένος φίλος γύρισε πίσω, είδε έκπληκτος ότι η δική του καμήλα περίσσεψε από τη μοιρασιά! Ευχαρίστησε τον Θεό λέγοντας: «*Ω Θεέ, η σοφία Σου ξεπερνά κάθε κατανόηση!*»

Αυτή η ιστορία δείχνει ότι ποτέ δε χάνουμε, όταν δίνουμε. Ο ηλικιωμένος ήταν τόσο ανιδιοτελής, που ήταν πρόθυμος να δώσει τη μοναδική του περιουσία για την αξιοπρέπεια του φίλου του και για να διατηρήσει την αρμονία μεταξύ των γιων του φίλου του. Ακόμη, αποδείχθηκε ότι η καμήλα του ήταν χρήσιμη μόνο στο να βοηθήσει να χωριστεί το κοπάδι και δεν ήταν πραγματικά αναγκαίο να την παραχωρήσει. Έτσι, τελικά ο φίλος κράτησε την καμήλα του.

Ίσως να έχει συμβεί και σε εμάς να κάναμε κάποια θυσία και να προσφέραμε κάτι σε κάποιον που το είχε ανάγκη και τελικά, να ανακαλύψαμε ότι αυτό είτε επιστράφηκε σε εμάς ή οι συνθήκες άλλαξαν και δε χρειάστηκε να το προσφέρουμε. Όμως, παρόλα αυτά επιβραβευτήκαμε με το αίσθημα της ικα-

νοποίησης τού να έχουμε θυσιαστεί για άλλους. Τότε νιώθουμε τις ευλογίες του Θεού να μας λούζουν με αφθονία. Ευχαριστούμε τον Θεό που διαλέξαμε να προσφέρουμε και να μην είμαστε εγωιστές.

Δεν υπάρχει μεγαλύτερη χαρά για να γεμίσουμε την καρδιά μας από την προσφορά. Όλοι αυτοί που έχουν δώσει ανιδιοτελώς, ίσως να έχουν βιώσει ότι κανείς ποτέ δε χάνει, όταν δίνει. Βλέπουμε πως ολοένα και περισσότερες ευλογίες ρέουν προς εμάς, ευλογίες που δεν τις είχαμε καν ζητήσει και τότε οι καρδιές μας ξεχειλίζουν από θεία Αγάπη.



Ο Θεός εμφανίζεται με διάφορες μορφές

Κάθε απόγευμα, μια θρησκευόμενη οικογένεια καθόταν να δειπνήσει και προσευχόταν πριν το φαγητό. Ο πατέρας, στο τέλος της προσευχής, παρακαλούσε τον Κύριο να έλθει στο τραπέζι ως καλεσμένος της οικογένειας και να ευλογήσει το φαγητό τους. Έτσι, κάθε βράδυ πριν το δείπνο τους, ο πατέρας τέλειωνε την προσευχή του με τις ίδιες λέξεις και ο νεαρός γιος του άκουγε με προσοχή πάντα την ίδια προσευχή.

Κάποια μέρα ο νεαρός ρώτησε τον πατέρα του: «*Γιατί συνεχίζεις κάθε βράδυ να ζητάς απ᾽ τον Θεό να έρθει, αφού ο Θεός ποτέ δεν έρχεται;*»

Ο πατέρας δεν ήξερε τι να απαντήσει, αλλά συγκαταβατικά του είπε: «*Λοιπόν, γιε μου, απλώς θα συνεχίσουμε να περιμένουμε. Είμαι σίγουρος ότι ο Θεός ακούει την πρόσκλησή μας κάθε βράδυ*».

Τότε ο γιος του είπε: «*Πατέρα, αν πραγματικά περιμένεις τον Θεό να έρθει για δείπνο, γιατί δεν του ετοιμάζεις μια θέση γύρω στο τραπέζι;*»

Ο πατέρας και πάλι ένιωσε αμήχανα από τις ερωτήσεις και την οξυδερκή παρατήρηση του αγοριού και για να βάλει ένα τέλος στις ερωτήσεις του, από την άλλη μέρα έβαζε κάθε βράδι ένα επιπλέον κάθισμα στο τραπέζι για τον Θεό και επιπλέον,

έβαζε και όμορφα ασημένια μαχαιροπήρουνα, ένα πιάτο, μια πετσέτα και ένα ποτήρι.

Ένα απόγευμα που μόλις είχε τελειώσει το στρώσιμο του τραπεζιού, ένα χτύπημα ακούστηκε στην πόρτα. Το αγόρι ενθουσιάστηκε σκεπτόμενο ότι ίσως ήταν η μέρα που θα ερχόταν στο σπίτι του ο Θεός.

Όταν άνοιξε όμως την πόρτα, βρήκε ένα νεαρό, ασθενικό αγόρι να στέκεται στην πόρτα. Έτρεμε από το κρύο, γιατί έξω έκανε παγωνιά. Ο γιος στην αρχή ταράχτηκε, γιατί περίμενε να δει τον Θεό. Αλλά αφού σκέφτηκε για μια στιγμή, είπε: *«Νομίζω ότι ο Θεός δεν μπορούσε να έρθει σήμερα και γι᾽αυτό έστειλε αυτό το αγόρι στη θέση Του». «Έλα μέσα»*, του είπε και στη συνέχεια, έβαλε το αγόρι να καθίσει στην άδεια θέση του Θεού, στο τραπέζι του δείπνου.

Αυτό το διήγημα είναι μια υπόμνηση ότι ποτέ δεν ξέρουμε σε ποια μορφή ο Θεός θα έρθει σε εμάς. Πολλοί θέλουμε να υπηρετούμε το Θεό μόνο με μια απευθείας σχέση. Δεν συνειδητοποιούμε ότι είναι υποχρέωσή μας, να υπηρετούμε όλη τη Δημιουργία του Θεού. Κάθε μέρα, η ζωή μάς προσφέρει ευκαιρίες να βοηθάμε τους άλλους. Όταν βοηθάμε άλλους, βοηθάμε τα παιδιά του Θεού. Όλοι είμαστε ένα μέρος του Θεού. Όταν διώχνουμε κάποιον, απομακρύνουμε ένα από τα παιδιά του Θεού. Πώς μπορούμε να περιμένουμε τον Θεό να είναι ευχαριστημένος με εμάς, όταν δε βοηθάμε κάποιο από τα δημιουργήματά Του;

Άγιοι και Διδάσκαλοι είναι πρότυπα ανιδιοτελούς προσφοράς. Θυσιάζουν τις ζωές τους για τους άλλους. Κάθε φορά σταματούν ό,τι προσωπικό κάνουν, προκειμένου να φροντίσουν τις ανάγκες των άλλων. Είναι ενεργά μέλη των κοινοτήτων τους και παρέχουν βοήθεια σε οποιονδήποτε έρχεται σε αυτούς.

Πνευματικότητα δεν είναι να αποφεύγουμε να βοηθάμε τους άλλους. Είναι να είμαστε ευαίσθητοι και έτοιμοι να υπηρετήσουμε τις ανάγκες των άλλων. Πάνω σε αυτό ο σπουδαίος ποιητής και άγιος Σαντ Ντάρσαν Σινγκ έχει πει:

«Επικοινωνούμε με το φεγγάρι και τα αστέρια,
αλλά δεν έχουμε φτάσει να επικοινωνούμε
με την καρδιά του γείτονά μας».

Ενώ προσπαθούμε να προοδεύσουμε πνευματικά μέσω του διαλογισμού, πρέπει να ανοίξουμε τις καρδιές μας, για να συμπεριλάβουμε όλη τη Δημιουργία σαν μια οικογένεια. Τότε, θα δούμε ότι χωρίς να θέλουμε τίποτα σε αντάλλαγμα για τους εαυτούς μας, θα αρχίσουμε να υπηρετούμε τους άλλους από καρδιάς. Όταν ενεργούμε έτσι, θα δούμε ότι πραγματικά κερδίζουμε την εύνοια του Θεού.



Εντιμότητα και φιλαλήθεια

Να είμαστε ειλικρινείς με τους εαυτούς μας

Ένα από τα θεϊκά χαρακτηριστικά της ψυχής είναι η ειλικρίνεια. Ενώ η ψυχή ζει στο μονοπάτι της αλήθειας, το μυαλό παίζει παιχνίδια απάτης και ανειλικρίνειας. Για να αναπτυχθούμε πνευματικά, χρειάζεται να ταυτιστούμε με την ψυχή μας. Αυτό συνεπάγεται την άσκησή μας στην αρετή της φιλαλήθειας και της ειλικρίνειας.

Γνωρίζουμε ότι ο Μαχάτμα Γκάντι προσπαθούσε να τηρεί την αρετή της φιλαλήθειας. Αναγνώριζε την αξία της φιλαλήθειας. Έτσι, κατά τη διάρκεια μιας από τις περιόδους ειρηνικής διαμαρτυρίας του, στην προσπάθειά του να βοηθήσει να κερδηθεί η ανεξαρτησία της Ινδίας, συνελήφθη και μπήκε στη φυλακή. Ένας από τους κανόνες της συγκεκριμένης φυλακής ήταν οι φυλακισμένοι να μη επιτρέπεται να διαβάζουν καμιά εφημερίδα ή να μαθαίνουν νέα από τον έξω κόσμο.

Κάποια μέρα, ένας γιατρός, φίλος του Γκάντι Τζι, πήγε να τον επισκεφθεί στη φυλακή. Υπήρχαν κάποια νέα που νόμιζε ότι ο Γκάντι θα έπρεπε να τα γνωρίζει, σχετικά με την έκβαση της «Κίνησης για την Αποφυγή της Βίας».

Γνωρίζοντας ότι οι κανόνες της φυλακής ήταν τέτοιοι, ώστε οι φυλακισμένοι να μην μπορούν να έχουν νέα από τον έξω κόσμο, ο γιατρός κρατούσε μαζί με τα χαρτιά του και μια εφημερίδα και τα τοποθέτησε πάνω στο κρεβάτι του Γκάντι, στο κελί του. Στη συνέχεια, ο γιατρός άρχισε να μιλά στον Γκάντι για την υγεία του και για ορισμένες ανάγκες του. Όταν ήρθε η ώρα να φύγει, ο γιατρός πήρε όλα τα χαρτιά του μαζί

και τα έβαλε πίσω στην τσέπη του, εκτός από την εφημερίδα που την άφησε πάνω στο κρεβάτι.

Όταν ο Γκάντι είδε την εφημερίδα να βρίσκεται εκεί, αρνήθηκε να τη διαβάσει. Στην πραγματικότητα, ήταν τόσο ειλικρινής, που δεν ήθελε να παραβιάσει τους κανόνες της φυλακής, ούτε καν με το να την κοιτάξει. Αντίθετα, ο Γκάντι έστρεψε την πλάτη του προς την εφημερίδα, που ήταν πάνω στο κρεβάτι και έμεινε στραμμένος προς τη γωνία του κελιού του όλη τη νύχτα. Έμεινε όρθιος, ξάγρυπνος όλη τη νύχτα, με το πρόσωπό του προς τη γωνία, ώστε να μην μπορεί να δει την εφημερίδα ή να την αγγίξει.

Το επόμενο πρωί, ο γιατρός επέστρεψε για να επισκεφτεί τον Γκάντι.

Βλέποντας την εφημερίδα να βρίσκεται πάνω στο ράντζο, στο ίδιο μέρος που την είχε αφήσει το προηγούμενο βράδυ, του είπε: «*Συγγώμη, αλλά χθες άφησα την εφημερίδα εδώ κατά λάθος*».

Ένα χαμόγελο εμφανίστηκε στο πρόσωπο του Μαχάτμα Γκάντι που απάντησε: «*Ναι, και με καταδίκασες να περάσω ολόκληρη τη νύχτα στη γωνία!*»

Τέτοια ήταν η τιμιότητα του Γκάντι, που ακόμα και αν κανείς δεν τον έβλεπε να διαβάζει την εφημερίδα, δεν ήθελε να είναι ανειλικρινής, αφού ο ίδιος θα γνώριζε πως παραβίαζε την εντολή να τηρεί τους κανόνες της φυλακής, όσο καιρό βρισκόταν εκεί. Πόσοι όμως από εμάς ζουν σε τέτοιο βαθμό ειλικρίνειας και τιμιότητας;

Εκείνο που δε συνειδητοποιούμε είναι ότι ίσως να μπορούμε να κρύβουμε αυτό που κάνουμε από τους άλλους, αλλά δεν μπορούμε να κρυφτούμε από τον Θεό και την ψυχή μας. Ζούμε με τα αποτελέσματα των πράξεών μας. Η ψυχή έχει την αρετή της ειλικρίνειας. Οποτεδήποτε είμαστε αντιμέτωποι με την επιλογή να είμαστε τίμιοι ή ανειλικρινείς, μπορούμε να ακολουθήσουμε τις υπαγορεύσεις της ψυχής μας ή αντίθετα, να ακολουθήσουμε εκείνες του νου μας. Ο νους μας βρίσκει πολλές δικαιολογίες, για να είμαστε ανειλικρινείς. Έχει χιλιάδες

λόγους για τους οποίους πρέπει να πούμε ψέματα, να εξαπατήσουμε, να κλέψουμε ή να ξεγελάσουμε τους άλλους. Αλλά η ψυχή γνωρίζει μόνο την τιμιότητα και την ειλικρίνεια.

Αν θέλουμε να έχουμε πνευματική πρόοδο, πρέπει να ταυτιστούμε ολοένα και περισσότερο με την ψυχή μας. Ερχόμενοι πιο κοντά στην αληθινή μας ύπαρξη –την ψυχή μέσα μας– θα αρχίσουμε να εφαρμόζουμε την τιμιότητα και την ειλικρίνεια στις συναλλαγές μας. Αξίζει άραγε να καθυστερούμε την πνευματική μας πρόοδο λέγοντας ένα μικρό ψεματάκι ή δρώντας υποκριτικά; Τα λίγα λεφτά που θα κερδίσουμε, εξαπατώντας ή κοροϊδεύοντας άλλους, αξίζουν την καθυστέρηση που θα υποστούμε στην επανένωση της ψυχής μας με τον αιώνιο Δημιουργό και στο να βιώσουμε τους αληθινούς πνευματικούς θησαυρούς μέσα μας; Μόνο αυτά τα πλούτη είναι αιώνια και αυτά θα μείνουν μαζί μας για πάντα.



Η αλήθεια πάντα βρίσκει τρόπο

Εκείνοι που αναζητούν την πνευματική πραγμάτωση πρέπει να αποκτήσουν την αρετή της φιλαλήθειας. Στην καθημερινή μας ζωή είμαστε διαρκώς αντιμέτωποι με το δίλημμα της επιλογής του να πούμε την αλήθεια ή να ξεστομίσουμε ένα ψέμα. Πολλοί άνθρωποι πιστεύουν ότι κανείς δε θα ανακαλύψει ποτέ αν πούνε κάποιο ψέμα ή αν εξαπατήσουν τους άλλους. Έτσι, για να εξασφαλίσουν μερικά κέρδη για τους εαυτούς τους ή για να ξεμπλέξουν από κάτι, οι ανθρωποι συχνά λένε ψέματα. Δε συνειδητοποιούν ότι η αλήθεια πάντα βρίσκει έναν τρόπο να αποκαλυφθεί. Αργά ή γρήγορα, η αλήθεια θα φανερωθεί. Όταν είμαστε φιλαλήθεις σε όλες μας τις συναλλαγές, δεν έχουμε τίποτα να φοβηθούμε και τίποτα να κρύψουμε. Οι άλλοι θα αρχίσουν να μας σέβονται και να μας εμπιστεύονται και το βαθμολόγιό μας θα είναι καθαρό, καθώς θα προσπαθούμε να μπούμε στο πνευματικό βασίλειο.

Μια ιστορία από την εποχή του Άκμπαρ και του Μπίρμπαλ δείχνει τη σπουδαιότητα τού να είμαστε ειλικρινείς σε όλες μας τις συναλλαγές. Κάποτε ήταν ένας θρησκευόμενος άνθρωπος που ήθελε να κάνει ένα προσκύνημα και επειδή δεν ήθελε να χάσει τις οικονομίες μιας ζωής κατά τη διάρκεια του ταξιδιού του, πήγε σε ένα φίλο του και του ζήτησε να του φυλάξει τα χρήματά του για όσο καιρό θα έλειπε στο προσκύνημα. Ζήτησε, λοιπόν, από το φίλο του να τον συνοδεύσει στο δάσος, έτσι ώστε να μπορέσει να του μιλήσει ιδιαιτέρως και να του εκφράσει την επιθυμία του, χωρίς να τον ακούσει κανείς. Έτσι, ο θρησκευόμενος άντρας και ο φίλος του πήγαν στο δάσος.

Ο θρησκευόμενος άντρας είπε: «*Πηγαίνω σε προσκύνημα, αλλά δεν ξέρω πότε θα επιστρέψω. Θα μπορούσες να κρατήσεις με ασφάλεια αυτή την τσάντα με τις οικονομίες μου, οικονομίες μιας ζωής, μέχρι την επιστροφή μου και να την παραλάβω από εσένα, όταν γυρίσω;*» Ο φίλος συμφώνησε να φυλάξει τα χρήματα του φίλου του και πήρε την τσάντα. Την επόμενη μέρα, ο θρησκευόμενος άντρας έφυγε για το προσκύνημα.

Πολλά χρόνια πέρασαν, αλλά ο προσκυνητής δεν επέστρεφε. Κάποτε, όμως, ένα πρωινό ο άντρας επέστρεψε, γέρος πια και χτύπησε την πόρτα του φίλου του. «*Επέστρεψα από το προσκύνημα και θα ήθελα πίσω τα χρήματά μου*», του είπε. Ο φίλος όμως άλλαζε το θέμα της συζήτησης και άρχισε να του μιλάει για άλλα ζητήματα. Ο θρησκευόμενος άνθρωπος συνέχισε να επανέρχεται ξανά και ξανά στο θέμα των χρημάτων του, αλλά ο φίλος του συνεχώς άλλαζε θέμα.

Τελικά, ο γέρος επέμενε: «*Μπορώ, σε παρακαλώ, να έχω τα χρήματά μου πίσω;*» Ο φίλος είπε: «*Δεν ξέρω για ποιο πράγμα μιλάς. Ποτέ δε θυμάμαι να μου έδωσες χρήματα*».

Ο γέρος άνθρωπος ταράχτηκε και φώναξε: «*Ποτέ δεν περίμενα από εσένα, το φίλο μου, να συμπεριφερθείς με αυτόν τον τρόπο. Σε παρακαλώ, δώσε μου πίσω τα χρήματα που σου εμπιστεύτηκα να φυλάξεις για όσο καιρό θα έλειπα*».

Ο φίλος είπε: «*Είσαι τρελός; Μάλλον φαντάζεσαι πράγ-*

ματα. Ποτέ δε μου έδωσες χρήματα και λες ψέματα».

Ο γέρος συνέχισε να ζητά τα χρήματά του, αλλά ο φίλος του τον έδιωξε από το σπίτι του. Σε απόγνωση, ο θρησκευόμενος άνθρωπος αποφάσισε να φέρει την υπόθεση ενώπιον του αυτοκράτορα Άκμπαρ. Ο αυτοκράτορας άκουσε υπομονετικά την ιστορία του γέρου ανθρώπου. Μετά, κάλεσε τον Μπίρμπαλ, το σοφό του σύμβουλο, και του ζήτησε να φροντίσει την υπόθεση για χάρη του.

Ο Μπίρμπαλ άκουσε τη διαμαρτυρία του γέρου άνδρα και μετά κάλεσε και το φίλο του. Όταν ο φίλος έφτασε, ο Μπίρμπαλ τον ρώτησε αν ο γέρος άνθρωπος του είχε δώσει καθόλου χρήματα.

Ο φίλος απάντησε: «*Κύριε, είναι ένας μεγάλος ψεύτης. Ποτέ δε μου έδωσε τίποτε*». Ο Μπίρμπαλ έδειχνε μπερδεμένος και στράφηκε στο γέρο λέγοντας: «*Ισχυρίζεσαι ότι του έδωσες μια τσάντα που περιείχε χρήματα. Έχεις καθόλου μάρτυρες;*»

Ο γέρος άνθρωπος είπε: «*Δεν έχω καθόλου μάρτυρες, γιατί του έδωσα την τσάντα στο δάσος, κάτω από ένα δέντρο μάνγκο*».

Ο Μπίρμπαλ είπε: «*Είσαι ανόητος που λες ότι δεν έχεις μάρτυρες. Αν του την έδωσες κάτω από ένα δέντρο μάνγκο, δεν μπορείς να πάρεις τη βοήθεια του δέντρου για αυτό το θέμα; Πήγαινε λοιπόν αμέσως σε αυτό το δέντρο μάνγκο και πες του ότι ο Μπίρμπαλ θέλει να εμφανιστείς μπροστά του, για να δώσεις μια μαρτυρία. Πήγαινε γρήγορα*». Ο γέρος άνθρωπος άκουσε έκπληκτος την εντολή του Μπίρμπαλ και έκανε όπως εκείνος τον πρόσταξε. Έφυγε αμέσως για το δάσος, προκειμένου να φέρει το δέντρο μάνγκο ως μάρτυρα.

Εν τω μεταξύ, ο Μπίρμπαλ ζήτησε από το φίλο του γέρου να καθίσει κοντά του. Μια ώρα πέρασε και ο γέρος δεν επέστρεφε. Τότε, ο Μπίρμπαλ άρχισε να υποκρίνεται και μονολογώντας με τον εαυτό του δυνατά. Είπε:

«*Γιατί, αυτός ο γέρος άνθρωπος αργεί; Αργεί τόσο πολύ, για να φέρει εις πέρας αυτό το μικρό έργο;*»

Ο φίλος απάντησε:

«Μα, κύριε, δεν είναι δυνατόν να μπορεί να επιστρέψει τόσο σύντομα. Δε θα έχει καν φτάσει σε εκείνο το μέρος ακόμη».

Ο Μπίρμπαλ τον ρώτησε:

«Τι εννοείς; Εννοείς ότι αυτό το μέρος είναι τόσο μακριά από εδώ, που θα του πάρει πολύ χρόνο για να φτάσει εκεί;»

«Ναι», απάντησε ο φίλος

«Το μέρος στο οποίο ο γέρος λέει ότι μου έδωσε τα χρήματα είναι πολύ μακριά από εδώ».

«Ω, καταλαβαίνω», είπε ο Μπίρμπαλ που μετά έμεινε σιωπηλός.

Μετά από αρκετή ώρα, ο γέρος επέστρεψε λαχανιασμένος και είπε στον Μπίρμπαλ: *«Κύριε, έδωσα το μήνυμα στο δέντρο, αλλά το δέντρο δεν μου απάντησε τίποτα».*

Τότε ο Μπίρμπαλ είπε:

«Μην ανησυχείς για αυτό. Το δέντρο μού έχει κιόλας αποδείξει ότι αυτός ο άνδρας πραγματικά πήρε τη τσάντα με τα χρήματα από εσένα».

Ο Μπίρμπαλ μετά στράφηκε στο φίλο και είπε:

«Έχεις μια ακόμη ευκαιρία να παραδεχτείς την ενοχή σου και να επιστρέψεις τα χρήματα σε αυτόν τον άνθρωπο».

Αλλά ο φίλος επέμενε:

«Μα ποτέ δε μου έδωσε χρήματα».

Τότε ο Μπίρμπαλ του είπε:

«Αν είναι έτσι, τότε πώς συμβαίνει και γνώριζες ότι το δέντρο, κάτω από το οποίο ισχυρίστηκε ότι σου έδωσε την τσάντα με τα χρήματα, ήταν πολύ μακριά από εδώ; Είσαι έτοιμος να παραδεχτείς την ενοχή σου τώρα;»

Σε αυτό το σημείο, ο φίλος συνειδητοποίησε ότι είχε πιαστεί στην παγίδα του ψέματός του, γονάτισε στα πόδια του Μπίρμπαλ και τον ικέτευσε για συγχώρεση. Μετά, επέστρεψε τα χρήματα στο γέρο ανθρωπο.

Αυτή η ιστορία μας δείχνει ότι, αργά ή γρήγορα, η αλήθεια που προσπαθούμε να κρύψουμε θα φανερωθεί. Όταν λέμε ένα

ψέμα, πρέπει να πούμε πολύ περισσότερα ψέματα, για να καλύψουμε το αρχικό. Είναι δύσκολο να συγκρατήσουμε τόσα πολλά ψέματα μέσα στο μυαλό μας. Ενώ η αλήθεια είναι μια και είναι εύκολο να τη θυμηθούμε, ένα ψέμα υφαίνει έναν μπερδεμένο ιστό, του οποίου πρέπει να θυμόμαστε όλα τα διαφορετικά νήματα. Είναι δύσκολο να κοιμηθούμε ήρεμα το βράδυ, όταν ανησυχούμε ότι κάποιος θα μπορούσε να ανακαλύψει την αλήθεια. Είναι προτιμότερο να πούμε την αλήθεια, να τελειώνουμε με αυτό και να κοιμηθούμε και να διαλογιστούμε ειρηνικά, από το να περάσουμε τη ζωή μας με το φόβο μήπως ανακαλυφθούμε.

Η πνευματική πρόοδος εξαρτάται από τη σταθερότητα και την ακινησία του νου, ο οποίος πρέπει να είναι ελεύθερος από μπερδέματα και προσκολλήσεις. Το να λέμε και να κρυβόμαστε με ψέματα είναι ένα περιττό μπλέξιμο που ροκανίζει το χρόνο μας και απασχολεί την προσοχή μας, απομακρύνοντάς μας από την ειρήνη του νου που είναι απαραίτητη για να πάμε πίσω στο Θεό. Αν σκεφτόμαστε όλα αυτά πριν πούμε ένα ψέμα, θα μπορούμε να ζούμε μια ζωή ειρήνης και γαλήνης και να επιταχύνουμε το ταξίδι μας πίσω στον Θεό.

Ταπεινότητα

Η δύναμη της ταπεινότητας

Μια ομάδα στρατιωτών προσπαθούσε να σηκώσει έναν τεράστιο κορμό δέντρου. Ο δεκανέας στεκόταν στην άκρη, δίνοντας διαταγές στους αντρες του να τον σπρώξουν προς μία κατεύθυνση πιο δυνατά, ώστε να σηκώσουν ευκολότερα τον κορμό. Ένας άγνωστος ιππέας που έτυχε να περνάει από εκεί στάθηκε και παρακολουθούσε τη σκηνή. Σε μια στιγμή, λέει του δεκανέα: «*Δε νομίζεις ότι αν τους βοηθούσες, η δύναμη ενός ακόμη άνδρα ίσως να τους διευκόλυνε να σηκώσουν τον κορμό του δέντρου; Γιατί δεν τους βοηθάς;*»

Ο δεκανέας είπε: «*Αυτή δεν είναι δική μου δουλειά. Εγώ είμαι ο δεκανέας. Αυτή είναι δική τους δουλειά. Το κουβάλημα δεν είναι δουλειά ενός δεκανέα!*»

Τότε, ο άγνωστος κατέβηκε από το άλογό του, πλησίασε τους στρατιώτες και τους βοήθησε να σηκώσουν τον κορμό του δέντρου. Η πρόσθετη δύναμη ενός άνδρα ήταν ό,τι χρειαζόταν, για να μετακινηθεί και να σηκωθεί ο κορμός του δέντρου.

Αφού ολοκλήρωσε το έργο του, ο άγνωστος ανέβηκε στο άλογό του και πριν αναχωρήσει, στράφηκε στο δεκανέα και είπε: «*Την επόμενη φορά που θα έχεις ένα κορμό δέντρου και θα χρειάζεσαι βοήθεια για να τον σηκώσεις, δεκανέα, κάλεσε τον αρχιστράτηγο*».

Τότε, οι άντρες συνειδητοποίησαν ότι ο άγνωστος δεν ήταν άλλος από τον Τζόρτζ Ουάσιγκτον, τον πρώτο πρόεδρο των Ηνωμένων Πολιτειών και αρχηγό του στρατού.

Αυτή η ιστορία αναδεικνύει την αληθινή ταπεινότητα. Πολλοί αισθανόμαστε ότι είμαστε τόσο σημαντικοί, που δεν καταδεχόμαστε να κάνουμε τις αγγαρείες του σπιτιού μας, όλες τις ανιαρές και ταπεινές δουλειές ή ακόμη τη δευτερεύουσα δουλειά ενός γραφείου. Θεωρούμε τους εαυτούς μας μεγάλους και τρανούς. Όμως, μας κάνει εντύπωση πολλές φορές, όταν ανακαλύπτουμε στις ζωές διακεκριμένων ανθρώπων μια απίστευτη ταπεινότητα, που τους επέτρεπε να εργάζονται ακόμα και μαζί με κατώτερους εργάτες.

Την επόμενη φορά που θα σκεφτούμε πόσο σημαντικοί είμαστε ή που θα φουσκώσει το εγώ μας, ας σκεφτούμε τους πραγματικά σπουδαίους ανθρώπους που ταπεινώνουν τους εαυτούς τους, για να υπηρετήσουν την ανθρωπότητα. Κανείς δεν είναι τόσο σπουδαίος, που να μην μπορεί να μοιραστεί το βάρος του γείτονά του. Δεν είμαστε σπουδαίοι, εάν δεν μπορούμε να προσφέρουμε ένα χέρι βοήθειας σε αυτούς που έχουν ανάγκη. Εξάλλου, όλοι είμαστε στη ζωή Χάρη στο Θεό. Είναι ο Θεός που φέρνει τις ζωές μας σε ύπαρξη και μας δίνει το δώρο. τού να υπάρχουμε σε αυτό τον κόσμο. Χωρίς το Θεό, δε θα είμαστε τίποτα. Είναι ο Θεός που μας κάνει αυτούς που είμαστε.

Αν μπορούσαμε να παραδειγματιστούμε από τον αρχιστράτηγο και να αφιππεύαμε από τα άλογά του εγωισμού μας, για να βοηθήσουμε ο ένας τον άλλο, θα διαπιστώναμε πως η Χάρη του Θεού είναι έτοιμη να ρεύσει προς εμάς και να μας χαρίσει ευλογίες σε αφθονία.

Αγάπη για τα ζώα

Φιλευσπλαχνία για τα ζώα

Υπάρχει μια γνωστή ιστορία από τη ζωή του αγίου Έκναθ, που έζησε στη Μαχαράστρα της Ινδίας. Μια φορά ο άγιος ταξίδευε για προσκύνημα με μια ομάδα μαθητών του από το Βαρανάσι στο Ραμεσβαράμ, στα νότια της Ινδίας. Υπήρχε η δοξασία εκείνη την εποχή ότι, αν κάποιος έκανε μια προσφορά στον Θεό Σίβα στο ναό του Ραμεσβαράμ, θα είχε καλή τύχη. Έτσι, ο Έκναθ και οι μαθητές του σταμάτησαν πρώτα στον ποταμό Γάγγη, για να πάρουν λίγο ιερό νερό και να το πάνε στον ναό ως προσφορά στον Θεό Σίβα.

Καθώς κατευθύνονταν με τα πόδια προς το Ραμεσβαράμ, πέρασαν μέσα από μια πυκνή ζούγκλα. Το μονοπάτι που περπατούσαν γινόταν όλο και πιο στενό και για μια στιγμή, ο Έκναθ χωρίστηκε από τους μαθητές του, γιατί καθώς περπατούσε γρήγορα, αυτοί δεν μπορούσαν να τον προφτάσουν. Τότε, αποφάσισε να σταματήσει για να τους περιμένει. Κάθισε, λοιπόν, κάτω από ένα μεγάλο δέντρο, για να προστατεύεται από τον καυτό ήλιο, γιατί είχε εξαιρετικά μεγάλη ζέστη εκείνη την εποχή και η γη ήταν ξερή και σκληρή.

Καθώς καθόταν κάτω από τη σκιά του δέντρου, ο Έκναθ διέκρινε στο βάθος του ορίζοντα ένα μικρό γάιδαρο να είναι πεσμένος στο χώμα. Πλησίασε το ζώο και είδε πως το γαϊδουράκι ήταν έτοιμο να πεθάνει από δίψα. Σπάραξε η καρδιά του Έκναθ νιώθοντας τον πόνο που ένιωθε ο γάιδαρος. Έψαξε για νερό στη γύρω περιοχή, αλλά δεν μπορούσε να βρει πουθενά. Τότε κοίταξε στο δοχείο που είχε φυλαγμένο το νερό από τον

ποταμό Γάγγη και διερωτήθηκε για μια στιγμή τι θα έπρεπε να κάνει· Να δώσει το νερό στο γαϊδούρι ή να το φυλάξει για την προσφορά στο ναό προς τον Θεό Σίβα; Έθεσε την ερώτηση στην ψυχή του και στον Θεό και αμέσως ήξερε τι έπρεπε να κάνει. Πήρε το δοχείο με το νερό του ποταμού και το έδωσε στο γάιδαρο να το πιει. Ο γάιδαρος ήταν τόσο διψασμένος, που ήπιε όλο το νερό μέχρι το τέλος.

Καθώς έδινε στο γάιδαρο το ιερό νερό, οι μαθητές του που τον πρόφτασαν είδαν το γάιδαρο να πίνει το νερό και άρχισαν να ρωτούν τον άγιο.

«Τι κάνεις; Αυτό είναι το ιερό νερό που θα προσφέραμε στον Θεό Σίβα;»

Ένας άλλος είπε:

«Τώρα το ταξίδι μας στο Ραμεσβαράμ πάει χαμένο. Δε θα έχουμε να προσφέρουμε τίποτα εκεί που θα πάμε».

Τότε ο άγιος χαμογέλασε και είπε στους μαθητές του:

«Ένας αληθινός άνθρωπος δεν μπορεί να αντέξει να βλέπει κάποιο άλλο ον να πεθαίνει από δίψα. Αυτή η προσφορά, για να σωθεί η ζωή του γαϊδάρου, είναι πολύ πιο σπουδαία από οποιαδήποτε άλλη προσφορά και φέρνει το ανώτατο όφελος στον προσκυνητή».

Αυτή η ιστορία δείχνει τον τρόπο που σκέπτεται ένας άγιος και πως ο άνθρωπος που έχει πραγματώσει τον Θεό αισθάνεται τον πόνο της καρδιάς των άλλων όντων. Όσο πιο κοντά φτάνουμε στον Θεό και στην ψυχή μας, τόσο περισσότερο φιλεύσπλαχνοι γινόμαστε και πονάμε για τα βάσανα των άλλων.

Μερικές φορές προσπαθούμε να κάνουμε το καλό, για να κερδίσουμε οφέλη για τους εαυτούς μας. Μερικοί άνθρωποι κάνουν φιλανθρωπίες, για να εντυπωσιάσουν τους άλλους. Κάποιοι άλλοι ανθρωποι προσπαθούν να υπηρετήσουν, για να κάνουν επίδειξη και να τους θαυμάσουν. Μερικές φορές, ενώ κάνουμε καλό σε κάποιον, αγνοούμε κάποιον άλλο που βρίσκεται πραγματικά σε ανάγκη. Ίσως να κακομεταχειριστούμε κάποιον, να προσπεράσουμε ή να εκμεταλλευτούμε κάποιον άλλον ή ακόμα να ποδοπατήσουμε κάποιον τρίτο, έχοντας την

επιθυμία να κάνουμε επίδειξη ότι τάχα κάνουμε κάτι καλό.

Όμως η αληθινή υπηρεσία είναι να ακούμε τον πόνο των άλλων και να φροντίζουμε για τις ανάγκες τους. Αν προσφέρουμε τις υπηρεσίες μας, για να κερδίσουμε οφέλη για τους εαυτούς μας και ραγίζουμε την καρδιά του ενός ή ποδοπατούμε τα δικαιώματα του άλλου, επί της ουσίας δεν έχουμε επιτύχει κανένα όφελος. Είναι καλύτερα να ζούμε τη ζωή μας, ακούγοντας την ψυχή και τις καρδιές των άλλων και να είμαστε ευαισθητοποιημένοι στα συναισθήματα και τις ανάγκες τους. Όταν καταπραΰνουμε ή αλείφουμε με βάλσαμο τις καρδιές των άλλων, έχουμε αληθινά υπηρετήσει τον Κύριο. Αυτή είναι η πιο μεγάλη προσφορά προς τον Κύριο.



Θεραπεύοντας τον πόνο των ζώων

Υπάρχει η ιστορία ενός ευσεβούς άνδρα που μια φορά έπρεπε να πάει σε ένα μακρινό ταξίδι. Εκείνες τις μέρες, οι άνθρωποι κουβαλούσαν δέματα μαζί τους στα ταξίδια. Έτσι, έφτιαξε ένα δέμα και το γέμισε με αρκετό ψωμί, για να έχει να φάει στο ταξίδι. Ταξίδευε με τα πόδια και όταν η νύχτα έπεσε, σταμάτησε κοντά σε ένα τζαμί, για να ξεκουραστεί.

Το επόμενο πρωί ξεκίνησε πάλι το ταξίδι του. Περπάτησε γρήγορα για περίπου δέκα μίλια και τότε, αποφάσισε να σταματήσει για να πάρει το πρωινό του. Κάθισε κάτω και άνοιξε το δέμα του, για να βγάλει το ψωμί. Όμως, όταν άνοιξε το δέμα, ανακάλυψε ότι το ψωμί ήταν γεμάτο μυρμήγκια. «Δυστυχία μου!» σκέφθηκε.

Οι περισσότεροι άνθρωποι σε αυτή την περίπτωση θα αναστατώνονταν που το φαγητό τους είχε καταστραφεί. Ωστόσο, κάτι άλλο στεναχώρησε τον ευσεβή άνδρα. Σκέφθηκε πως είχε κάνει κάτι πολύ κακό. Είπε: «*Είναι κρίμα! Πήρα τα καημένα τα μυρμήγκια πολύ μακριά από το σπίτι τους και τα έφερα εδώ. Πρέπει να τους λείπει πάρα πολύ η οικογένειά τους, οι γονείς τους και τα παιδιά τους*».

Ένιωσε τόσο άσχημα και είχε τόσο πολλή ευσπλαχνία για τα μυρμήγκια και την τύχη τους, που ο ευσεβής άνθρωπος περπάτησε δέκα μίλια πίσω, για να αφήσει τα μυρμήγκια πάλι κοντά στο σπίτι τους.

Βρίσκουμε πολλές αφηγήσεις σαν αυτήν στις ζωές των αγίων και των μυστών που δείχνουν το μέγεθος της φιλευσπλαχνίας τους. Δεν υπολογίζουν μόνο τον πόνο των ανθρώπων αλλά ακόμα και των μικρών μυρμηγκιών.

Όσο περισσότερο πνευματικοί γινόμαστε, τόσο πιο εναρμονισμένοι γινόμαστε με τους ψίθυρους της ψυχής μας. Η ψυχή μας είναι γεμάτη συμπόνια. Όσο περισσότερο ταυτιζόμαστε με το νου μας, τόσο λιγότερο συμπονετικοί αισθανόμαστε. Όσο περισσότερο ταυτιζόμαστε με την ψυχή μας, τόσο περισσότερο συμπόνια έχουμε.

Μπορούμε να εκτιμήσουμε το βαθμό της πνευματικότητάς μας από το μέγεθος της συμπόνιας που βιώνουμε, όταν οι άλλοι πονούν. Πόσοι από εμάς αναλογίζονται τα τρυφερά αισθήματα που μπορεί να έχουν οι κατώτεροι εν Θεώ αδελφοί μας;

Η χορτοφαγική διατροφή είναι μια διατροφή συμπόνιας. Αν βλέπαμε τι πρέπει να υποστούν τα ζώα, για να χρησιμοποιηθεί η σάρκα τους για τροφή μας, θα νιώθαμε τόση φιλευσπλαχνία, που δε θα θέλαμε ποτέ να τα βλέπουμε να βασανίζονται.

Ας προσπαθήσουμε να ζήσουμε μια ζωή στην οποία θα είμαστε ευγενικοί και γεμάτοι Αγάπη. Ας προσπαθούμε τα λόγια μας να είναι γλυκά. Ας βεβαιωθούμε ότι είμαστε τρυφεροί και συμπονετικοί με τους άλλους. Ας καταπραΰνουμε τις πληγωμένες καρδιές τους με αγάπη, στοργή και γλυκές κουβέντες.

Η Αγάπη του Διδασκάλου

Η δύναμη της Αγάπης του Διδασκάλου

Κάποτε υπήρχε κάποια δασκάλα που γιόρταζε τα ογδοηκοστά της γενέθλια. Η δασκάλα είχε περάσει πολλά χρόνια διδάσκοντας σε ένα συνηθισμένο σχολείο στο κέντρο της πόλης. Πριν την εγγραφή τους σε αυτό το σχολείο, πολλοί από τους μαθητές του είχαν εμπλακεί σε πράξεις αντικοινωνικής συμπεριφοράς. Όμως, από τον καιρό που αυτή η δασκάλα άρχισε να διδάσκει σε αυτό το σχολείο, παρατηρήθηκε μια επληκτική αλλαγή στη συμπεριφορά των μαθητών της και πολλοί από αυτούς έγιναν εξέχοντες πολίτες. Πολλοί συνέχισαν τις σπουδές τους, για να γίνουν γιατροί, δικηγόροι, δάσκαλοι, εξειδικευμένοι τεχνικοί και επιχειρηματίες. Έτσι, λοιπόν, οι άνθρωποι παρατήρησαν ότι η δασκάλα είχε μια θετική επιρροή στη ζωή πολλών μαθητών της.

Όπως ήταν αναμενόμενο, στα ογδοηκοστά της γενέθλια, οι πρώην μαθητές της την επισκέφθηκαν για να υποβάλουν τα σέβη τους και οργάνωσαν μια γιορτή, για να εκφράσουν την ευγνωμοσύνη τους για όλα όσα είχε κάνει για αυτούς.

Οι εφημερίδες έμαθαν γι' αυτή τη γιορτή γενεθλίων και έστειλαν ένα δημοσιογράφο για να καλύψει το γεγονός. Ο δημοσιογράφος που της πήρε συνέντευξη τη ρώτησε: «*Ποιο ήταν το μυστικό της επιτυχίας σας ως δασκάλας;*» Η δασκάλα απάντησε: «*Κοιτάζοντας τους νέους δασκάλους που διορίζονται στα σχολεία σήμερα, βλέπω ότι εστιάζουν την προσοχή τους στον κατά το δυνατόν καλύτερο τρόπο για να διδάξουν τους μαθητές τους. Όταν κοιτάζω πίσω, συνειδη-*

τοποιώ ότι, από τον καιρό που εγώ άρχισα να διδάσκω, το πρώτο που έκανα ήταν να τους δώσω Αγάπη!»

Σε αυτή την απλή δήλωση από τη δασκάλα με την τόσο μακρόχρονη πείρα, ανακαλύπτει κανείς και το μυστικό της επιτυχίας των πνευματικών Διδασκάλων όλων των εποχών. Η δασκάλα της ιστορίας μας είχε τη δύναμη να μεταμορφώνει ζωές. Πήρε μαθητές που στερούνταν αξιών και τους μεταμόρφωσε σε ηθικούς ανθρώπους. Αυτό κάνουν και οι πνευματικοί Διδάσκαλοι. Παίρνουν την ανθρωπότητα που υποφέρει, γεμάτη από θυμό, λαγνεία, απληστία, προσκόλληση και εγωισμό και μεταμορφώνουν τους ανθρώπους σε άτομα χωρίς βιαιότητα, με ανιδιοτέλεια, αγνότητα, ταπεινότητα, αλήθεια και Αγάπη. Πώς το κάνουν αυτό; Όλα γίνονται μέσω της δύναμης της Θεϊκής Αγάπης.

Αν κάποιους ανθρώπους τους διατάξουν να κάνουν κάτι με μια ψυχρή εντολή, λίγοι από αυτούς θα την εκτελέσουν. Αλλά αν αγαπάμε κάποιον και γνωρίζουμε ότι και εκείνος μας αγαπά, τότε πρόθυμα ακολουθούμε τις συμβουλές του και δείχνουμε σεβασμό σε αυτό το άτομο. Είναι μέσω της αγάπης του γονιού, που ένα παιδί μαθαίνει να μιλά και να περπατά. Είναι μέσω της αγάπης ενός δασκάλου, που μαθαίνουμε τα σχολικά μαθήματα. Είναι μέσω της αγάπης ενός ειδήμονα τεχνίτη, που μαθαίνουμε μια τέχνη. Και είναι μέσω της Θεϊκής Αγάπης ενός πνευματικού Διδασκάλου, που γινόμαστε και εμείς πνευματικοί.

Παρατηρώντας τους βίους των αγίων, βλέπουμε πόσο ευγενικοί ήταν. Μεταμόρφωναν θετικά τις ζωές εκείνων που συνάντησαν στη ζωή τους. Η Αγάπη έχει τη μέγιστη μεταμορφωτική δύναμη.



Αληθινός Διδάσκαλος

Υπάρχει μια ιστορία από την ινδική παράδοση για ένα βασιλιά της Ινδίας που είχε πέντε γιους. Δυστυχώς, δεν ήταν έξυπνοι και δυσκολεύονταν να μάθουν οτιδήποτε. Ο βασιλιάς

τούς θεωρούσε όλους ανόητους, καθώς δεν έπαιρναν τη εργασία τους στα σοβαρά, συμπεριφέρονταν ανεύθυνα και δεν ήθελαν να σπουδάσουν τίποτα.

Κάποια μέρα, ο βασιλιάς κάθισε με τη βασίλισσά του και συζήτησαν τι θα έπρεπε να κάνουν με τα παιδιά τους, δεδομένου ότι μια μέρα κάποιος από αυτούς θα έπρεπε να αναλάβει το θρόνο και ο βασιλιάς δεν ήθελε να εμπιστευτεί το βασίλειό του σε έναν αμόρφωτο. Είχαν δοκιμάσει πολλούς δασκάλους, αλλά κανείς από αυτούς δεν μπορούσε να αντέξει τους γιους τους, γιατί αντιδρούσαν και δεν ήθελαν να μάθουν τίποτα.

Αποφάσισαν, λοιπόν, να κάνουν μια πρόταση στους υποικόους τους. Ανακοίνωσαν ότι οποιοσδήποτε στο βασίλειό τους κατάφερνε να εκπαιδεύσει τους γιους τους, θα ανταμειβόταν με το μισό βασίλειο. Ο ένας μετά τον άλλον, δάσκαλοι, εκπαιδευτές και λόγιοι, προσπάθησαν να εκπαιδεύσουν τους πέντε πρίγκιπες, Ο ένας μετά τον άλλον έφευγαν, νιώθοντας απογοητευμένοι, καθώς δεν μπορούσαν να επιτύχουν τίποτα. Οι πρίγκιπες αρνούνταν να μάθουν οτιδήποτε.

Ο βασιλιάς και η βασίλισσα ήταν πλέον αποκαρδιωμένοι. Οι γιοι τους συμπεριφέρονταν εντελώς ανόητα και καμία από τις μεθόδους διδασκαλίας που τους είχε προσφερθεί από τους καλύτερους εκπαιδευτές στη χώρα δεν είχε φέρει αποτελέσματα.

Κάποια μέρα, ένας φημισμένος λόγιος και δάσκαλος ήρθε στο παλάτι και ζήτησε την άδεια του βασιλιά, για να δοκίμασε να διδάξει τα αγόρια. Ο βασιλιάς συμφώνησε και ο δάσκαλος προσπάθησε κάποιες καινούριες διδακτικές μεθόδους, για να κατανοήσουν την ύλη. Τους δίδασκε εξιστορώντας τους διάφορες ενδιαφέρουσες ιστορίες, οι οποίες ήταν πολύ ευχάριστες και τραβούσαν την προσοχή τους.

Τα αγόρια απολάμβαναν τις ιστορίες και ήταν ενθουσιασμένα με τα μαθήματά και με το δάσκαλό τους. Όμως, όταν μετά από τέσσερις μήνες ο δάσκαλος τα εξέτασε, ανακάλυψε ότι κανένα από τα παιδιά δε θυμόταν ούτε μια ιστορία. Απολάμβαναν τις ιστορίες την ώρα που τις άκουγαν, αλλά τίποτα

δε τους είχε μείνει. Έτσι, ο δάσκαλος δοκίμασε μια άλλη μέθοδο. Αυτή τη φορά, αφού διηγήθηκε ακόμα μια ιστορία στα παιδιά, τους είπε ότι, αν επιθυμούσαν να ακούσουν και κάποια άλλη ιστορία, θα έπρεπε να θυμούνται και να μπορούν να διηγηθούν πάλι ο ένας στον άλλον την ιστορία που ήδη είχαν ακούσει. Τους προειδοποίησε δε ότι αν δεν μπορούσαν να διηγηθούν μια προηγούμενη ιστορία, δε θα τους έλεγε ποτέ καμιά άλλη καινούρια.

Τότε, τα παιδιά άρχισαν να ακούν πιο προσεκτικά τις ιστορίες, αλλά όχι τόσο προσεκτικά, ώστε να τις θυμούνται. Τελικά, ο δάσκαλος πήγε τους πρίγκιπες σε ένα πηγάδι.

«*Κοιτάξτε αυτήν την τροχαλία,* είπε ο δάσκαλος, *λειτουργεί με ένα σχοινί που έχει μια πέτρα δεμένη στη μία του άκρη και έναν κουβά στην άλλη άκρη. Όταν η πέτρα πέφτει στο νερό, τραβιέται ο κουβάς προς τα επάνω και το αντίθετο. Κοιτάξτε ακόμα πώς με την πολύχρονη χρήση, το σχοινί έχει προκαλέσει ένα βαθύ εντύπωμα πάνω στην πέτρα της τροχαλίας. Όπως το σχοινί έχει κάνει ένα εντύπωμα στην πέτρα, έτσι και εσείς θέλω να επαναλαμβάνετε την κάθε ιστορία νοητικά ξανά και ξανά, μέχρι οι ιστορίες αυτές να αφήσουν ένα εντύπωμα στο μυαλό σας, ώστε το μυαλό να μπορεί να επαναφέρει την καθεμία από αυτές, όπως ακριβώς επανέρχεται ο κουβάς του πηγαδιού στην επιφάνεια της γης*».

Οι πρίγκιπες, θέλοντας να ακούσουν ολοένα και περισσότερες ιστορίες, έκαναν ό,τι τους είπε ο δάσκαλός τους να κάνουν. Επαναλαμβάνοντας κάθε ιστορία στο μυαλό τους, τελικά κατάφεραν να μαθαίνουν τις ιστορίες. Έτσι, με τον καιρό, η προσοχή τους βελτιώθηκε και μπορούσαν πλέον να μαθαίνουν και να συγκρατούν οτιδήποτε τους δίδασκε ο δάσκαλός τους.

Ο βασιλιάς χάρηκε με τα αποτελέσματα του δασκάλου και πρόσφερε στο δάσκαλο το μισό βασίλειο. Αλλά ο δάσκαλος αρνήθηκε, λέγοντας: «*Ω, μεγάλε βασιλιά, είμαι δάσκαλος. Τι σχέση μπορώ να έχω εγώ με την κατοχή και τη διοίκηση*

ενός βασίλειου; Παίρνω χαρά από τη διδασκαλία. Είμαι ικανοποιημένος που έχω επιτελέσει το καθήκον μου». Με αυτά τα λόγια, συνέχισε το δρόμο του.

Αυτή η στάση του δασκάλου είναι όμοια με εκείνη που κρατούν οι μεγάλοι πνευματικοί Διδάσκαλοι, οι οποίοι έρχονται σε αυτόν τον κόσμο. Η δουλειά τους είναι να βοηθήσουν τις δύστροπες ψυχές να μάθουν τα μαθήματα της πνευματικότητας. Είναι ικανοποιημένοι, αν μπορούν να εκπαιδεύσουν τις ψυχές μας στις πνευματικές αλήθειες –όπως στο διαλογισμό– και στο να διάγουμε μια ηθική ζωή. Αν κοιτάξουμε τις ζωές του Βούδα, του Χριστού, του Γκουρού Νάνακ, του Προφήτη Μοχάμεντ, της Μαχαβίρα, του Μωϋσή και άλλων μεγάλων αγίων, βλέπουμε ότι έδωσαν τους εαυτούς τους χωρίς ιδιοτέλεια.

Βρίσκοντας την ευτυχία

Ο θησαυρός που βρίσκεται μέσα μας

Κάποτε ήταν ένας αγρότης που ζούσε σε ένα χωριό. Ο άνθρωπος αυτός ήταν φτωχός και προσπαθούσε να ζει με τη γεωργία, αλλά δεν μπορούσε να κερδίσει αρκετά χρήματα, ώστε να αποκτήσει ένα ωραίο σπίτι με όμορφα έπιπλα και καλής ποιότητας ρούχα. Ήταν τόσο κακοντυμένος, που μερικοί άνθρωποι στη γειτονιά του τον κορόιδευαν. Ωστόσο, ο άνδρας ήταν ευχαριστημένος με αυτά που είχε. Ήταν θερμός λάτρης του Θεού και διέθετε τον ελεύθερο χρόνο του σε προσευχή και σε διαλογισμό προς τον Κύριο.

Μερικοί φίλοι του διαρκώς τον συμβούλευαν να κάνει κάτι πιο χρήσιμο στην ζωή του, αντί να σπαταλά το χρόνο του στην προσευχή προς τον Θεό. Ο αγρότης, όμως, ήταν ευτυχισμένος με τη ζωή που έκανε. Κάποτε όμως, καθώς οι φίλοι του συνέχισαν να τον συμβουλεύουν πολύ πιεστικά να βελτιώσει τη ζωή του, ο σπόρος της αμφιβολίας μπήκε στο μυαλό του και άρχισε να σκέφτεται ότι ίσως θα ήταν πιο ευτυχισμένος, αν γινόταν πιο πλούσιος.

Κάποια νύχτα, ο αγρότης είδε ένα όνειρο. Ονειρεύτηκε ένα θεϊκό ον που του είπε να πάει στην πόλη, όπου θα έβρισκε έναν τεράστιο θησαυρό. Όταν ο αγρότης ξύπνησε, επηρεασμένος από τους φίλους του να αναζητήσει πλούτο, αποφάσισε να ακολουθήσει το όνειρό του. Έκανε, λοιπόν, ένα ταξίδι στην πόλη, αλλά δεν είχε ποτέ στο παρελθόν ξαναταξιδέψει εκεί και αγνοούσε τους νόμους της για τους ξένους. Έτσι, όταν ένας αστυνομικός τον βρήκε να περιπλανιέται άσκοπα γύρω

στην πόλη, τον συνέλαβε και τον οδήγησε σε ένα αστυνομικό τμήμα.

Ο διευθυντής του τμήματος άρχισε να τον ανακρίνει:

«Τι δουλειά είχες εδώ και τριγυρνούσες άσκοπα μέρα και νύχτα;»

Ο γεωργός του απάντησε:

«Ψάχνω για κάποιον θησαυρό. Είδα ένα όνειρο στο σπίτι μου που με κατηύθυνε να έρθω εδώ, για να βρω έναν αμύθητο θησαυρό».

Ο αστυνομικός είπε:

«Είσαι ένας ανόητος. Έχω δει πολλά όνειρα που με παρακινούσαν να βρω θησαυρούς, αλλά δεν τα πίστεψα, γιατί ήταν μόνο όνειρα. Τα αγνόησα, γιατί ήταν ανώφελα. Για παράδειγμα, μια φορά ονειρεύτηκα ότι θα έπρεπε να πάω σε μια φτωχική καλύβα σε ένα χωριό έξω από την πόλη. Η καλύβα ήταν κοντά σε ένα ρέμα που το νερό του περνούσε στο πίσω μέρος της. Υπήρχε και μια μικρή φάρμα δίπλα από το σπίτι, αλλά το σπίτι ήταν φτωχικό. Μου είπαν μέσα στο όνειρο ότι αν πήγαινα εκεί, θα έβρισκα έναν τεράστιο θησαυρό, αλλά ποτέ δεν πήγα, γιατί τα οράματα δεν είναι αληθινά».

Καθώς ο προϊστάμενος του τμήματος περιέγραφε το σπίτι, ο γεωργός ταράχτηκε. Το σπίτι που περιέγραφε ο αστυνομικός έμοιαζε ακριβώς με το δικό του σπίτι!

Τελικά, ο αστυνομικός έστειλε το γεωργό πίσω στο χωριό του. Αυτός έφυγε τρισευτυχισμένος με την πιθανότητα ότι ο θησαυρός που αναζητούσε θα μπορούσε να βρίσκεται στην αυλή του. Όταν γύρισε, πήγε στο σημείο που του περιέγραψε ο αστυνομικός και άρχισε να σκάβει. Μετά από λίγο, ξέθαψε ένα τεράστιο σεντούκι γεμάτο με τόσα πλούτη, που τον έκαναν πολύ πλούσιο. Εντυπωσιάστηκε που τόσα χρόνια υπήρχε κρυμμένος ένας τόσο μεγάλος θησαυρός ακριβώς μπροστά στο σπίτι του.

Αυτή η ιστορία περιγράφει την κατάστασή μας. Ψάχνουμε για ευτυχία και Αγάπη μακριά στον έξω κόσμο. Δεν συνειδη-

τοποιούμε ότι ο αληθινός πλούτος, η αληθινή ευτυχία και η αληθινή Αγάπη βρίσκονται και μας περιμένουν μέσα μας.

Νομίζουμε ότι η ευτυχία είναι έξω από τους εαυτούς μας. Νομίζουμε ότι βρίσκεται στον πλούτο, το όνομα, τη φήμη, τις περιουσίες και τις σχέσεις. Αλλά η αληθινή ευτυχία βρίσκεται μέσα μας. Ο Θεός βρίσκεται μέσα μας. Η Αγάπη του Θεού είναι μέσα μας. Δεν υπάρχει τίποτα στον εξωτερικό κόσμο που να συγκρίνεται με αυτό. Έτσι αντί να αναζητούμε τον αληθινό θησαυρό έξω από τον εαυτό μας, θα πρέπει να καθίσουμε σε διαλογισμό και να βρούμε τα αληθινά πλούτη μέσα μας. Τότε, θα έχουμε μια ζωή γεμάτη με Αγάπη, μακαριότητα και αιώνια ειρήνη και ευτυχία.



Η παροδικότητα της ζωής

Ας προετοιμάσουμε την ψυχή μας για την αιωνιότητα

Κάποτε υπήρχε ένας άνθρωπος ο οποίος ήταν στο τελευταίο στάδιο της ζωής του. Άρχισε να σκέφτεται για το τέλος της και το πως θα ήταν, όταν θα πέθαινε. Σκέφθηκε πως τα νεκροταφεία είναι γεμάτα με ταφόπετρες και λουλούδια, τα οποία όμως οι νεκροί ποτέ δεν είχαν τη δυνατότητα να δουν. Έτσι σκέφθηκε και είπε: «*Θέλω να ξέρω πού θα ταφώ, σε τι κάσα θα με βάλουν και τι είδους λουλούδια θα βάζουν στον τάφο μου όταν πεθάνω, γιατί όταν θα είμαι νεκρός, τότε δε θα έχω τη δυνατότητα να τα δω*». Έτσι, ο άνθρωπος αυτός ξόδεψε τα δύο τελευταία χρόνια της ζωής του προετοιμάζοντας τις προϋποθέσεις για την ταφή του. Πήγε στο νεκροταφείο και διάλεξε το μέρος στο οποίο θα θαβόταν και ήταν πολύ ευχαριστημένος που το είχε δει πριν πεθάνει. Ακόμα, πήγε σε ένα γραφείο τελετών και επέλεξε μια κάσα στην οποία θα τον έβαζαν για να ταφεί.

Μετά σκέφθηκε: «*Αυτό θα είναι το σπίτι που θα έχω, αφού πεθάνω. Είμαι χαρούμενος που το βλέπω, πριν αυτό συμβεί*». Πήγε στη συνέχεια και στο ανθοπωλείο και διάλεξε τα λουλούδια που ήθελε να τοποθετηθούν πάνω στον τάφο του. Ήταν περήφανος που μπορούσε να δει τα λουλούδια, ενώ όλοι οι νεκροί και οι θαμμένοι άνθρωποι ποτέ δεν τα βλέπουν. Μετά κάλεσε την οικογένειά του και τους φίλους και τους έδωσε πολλά από τα προσωπικά του αντικείμενα. Τελικά, την ώρα που παρέδιδε τη διαθήκη του στο μεγάλο γιο του, ξαφνι-

κά εκείνη τη στιγμή κατέρρευσε και πέθανε.

Ο άνθρωπος αυτός είχε διαθέσει τα τελευταία δύο χρόνια της ζωής του προετοιμάζοντας το σώμα του για το φυσικό του θάνατο, αλλά δεν είχε κάνει τίποτα για να προετοιμάσει την ψυχή του.

Πολλοί από εμάς δε διαφέρουμε από αυτόν τον άνθρωπο, που ξόδεψε τα δύο τελευταία χρόνια του φροντίζοντας για το μέρος που το σώμα του θα φυλασσόταν μετά το θάνατό του και δεν έδωσε καθόλου προσοχή στο να προετοιμάσει την ψυχή του για την αιώνια ζωή. Αν κοιτάξουμε τις ζωές μας, θα δούμε πώς πολλοί από εμάς ενδιαφερόμαστε μόνο για το σώμα μας. Είμαστε ανήσυχοι για το πώς θα το θρέψουμε, πώς θα το ντύσουμε και πώς θα το στεγάσουμε. Δουλεύουμε και κερδίζουμε χρήματα και είμαστε περισσότερο εστιασμένοι στη φροντίδα του φυσικού μας σώματος, παρά στη φροντίδα της ψυχής μας. Αλλά εκτός του ότι ανησυχούμε μόνο για την τροφή μας, το ρουχισμό μας και το σπίτι μας, ξοδεύουμε περισσότερο χρόνο από όσο χρειάζεται, για να ψωνίζουμε, να διακοσμούμε τα σπίτια μας και να στολίζουμε το σώμα μας. Αν μετρήσουμε το χρόνο που διαθέτουμε στο φυσικό μας σώμα και το χρόνο που αφιερώνουμε στη ψυχή μας, ίσως να βρούμε μια μεγάλη ασυμφωνία.

Αν επιθυμούμε να αξιοποιήσουμε με τον καλύτερο τρόπο τα χρόνια της ζωής που μας έχουν απομείνει, θα πρέπει να δώσουμε περισσότερη προσοχή στην ψυχή μας. Προετοιμάζοντας την ψυχή μας για τη ζωή στο Υπερπέραν, σημαίνει να αφιερώνουμε περισσότερο χρόνο σε διαλογισμό και ανιδιοτελή προσφορά. Σημαίνει να προσπαθούμε να είμαστε αγνοί και να βοηθάμε τους ανθρώπους, όποτε και όσο μπορούμε. Σημαίνει να αφιερώνουμε χρόνο αναλύοντας και βελτιώνοντας το χαρακτήρα μας. Σημαίνει να διατηρούμε την ενθύμηση του Κυρίου. Αυτό που μετράει στο Υπερπέραν είναι να είμαστε άνθρωποι γεμάτα με Αγάπη.

Ας θέσουμε, λοιπόν, προτεραιότητες στην καθημερινή μας ζωή. Ας μην αμελούμε την ψυχή μας, εξαιτίας της υπερβολικής

έμφασης που δίνουμε στο φυσικό μας σώμα. Ας βρούμε κάποια ισορροπία στη ζωή μας. Ενώ χρειάζεται να φροντίζουμε το σώμα μας και τα μέλη της οικογένειάς μας, ας σιγουρευτούμε ότι, εξίσου, αφιερώνουμε επαρκή χρόνο μεριμνώντας και για την ψυχή μας, καθώς όταν θα έρθει η τελική ώρα, το σώμα μας θα μετατραπεί σε σκόνη, αλλά η ψυχή μας θα συνεχίζει να ζει. Ας αφιερώνουμε χρόνο ενδυναμώνοντας την ψυχή μας για το παρόν αλλά και για το Υπερπέραν.



Η απανταχού παρουσία του Θεού, η προστασία Του και το έλεός Του

Το έλεος του Θεού

Υπάρχει ο μύθος ότι όταν ο Θεός θέλησε να δημιουργήσει τους ανθρώπους, κάλεσε όλους τους αγγέλους, για να τους συμβουλευτεί. Ενώ καθόταν πάνω σε έναν ουράνιο θρόνο, οι άγγελοι στάθηκαν γύρω Του και ο Θεός, έναν προς έναν, ρώτησε τη γνώμη τους.

Ο Άγγελος της Δικαιοσύνης είπε:

«Μη δημιουργήσεις ανθρώπους. Αν το κάνεις, θα κάνουν κάθε είδους κακό και ο ένας θα είναι ενάντια στον άλλον. Θα είναι απάνθρωποι, μοχθηροί και βίαιοι και θα διαπράττουν άδικες πράξεις».

Μετά, ο Άγγελος της Αλήθειας είπε:

«Μη δημιουργήσεις ανθρώπους. Θα λένε ψέματα και θα εξαπατούν, θα κοροϊδεύουν και θα κλέβουν ο ένας τον άλλον. Στην πραγματικότητα, θα εξαπατούν και θα λένε ψέματα και σε σένα, ω Κύριε».

Ο Άγγελος της Αγιότητας είπε:

«Μη δημιουργήσεις τους ανθρώπους, ω Κύριε. Θα διαπράττουν πολλές βρωμερές πράξεις και θα φέρουν ντροπή σε Εσένα».

Στο τέλος, ο Θεός στράφηκε στον Άγγελο του Ελέους και ρώτησε:

«Εσύ τι νομίζεις;»

Ο Άγγελος του Ελέους απάντησε:

«Προχώρησε, Κύριε, και δημιούργησε τους ανθρώπους

και οποτεδήποτε διαπράττουν αμαρτίες και ξεστρατίζουν από το πνευματικό Μονοπάτι της αλήθειας, της δικαιοσύνης και της αγιότητας, θα τους παίρνω στα χέρια μου, θα τους μιλάω με λόγια Αγάπης και θα τους φέρνω πίσω σε Εσένα, ω Κύριε».

Αυτή η ιστορία δείχνει το ρόλο των Αγίων, των προφητών, των πνευματικών Διδασκάλων και των φωτισμένων όντων στις ζωές μας. Είναι αλήθεια ότι ως άνθρωποι είμαστε επιρρεπείς σε ανθρώπινες αδυναμίες. Πολιορκούμαστε από αναρίθμητους πειρασμούς και προσκολλήσεις που μας τραβούν μακριά από τη θεία φύση μας. Αλλά, αντί να μην υπάρχουν άνθρωποι, επειδή πιθανώς θα αμαρτάνουν, ο Θεός δημιούργησε τον άνθρωπο ικανό να αντιμετωπίζει όλες τις προκλήσεις και ακόμα, ικανό να μάθει τον τρόπο να ξεπερνάει όλα τα εμπόδια και τελικά να επιστρέφει στον Θεό. Ο Θεός στέλνει όλους τους αγίους και τους Διδασκάλους που έχουν συμπόνια, έλεος και Αγάπη για εμάς, για να μας καθοδηγήσουν, προκειμένου να επιστρέψουμε στη θεϊκή μας Πατρίδα. Εάν αποτυγχάνουμε, οι άγιοι και οι μύστες είναι εκεί, για να μας ενθαρρύνουν να προσπαθήσουμε ξανά και ξανά και να μην εγκαταλείψουμε τις προσπάθειές μας. Δε θέλουν να κολυμπούμε στην ενοχή μας και να ανησυχούμε, αλλά να πάρουμε μια σταθερή απόφαση ότι θα τα καταφέρουμε καλύτερα την επόμενη φορά. Τα αγαπημένα χέρια τους πάντα μας περιμένουν να μας αγκαλιάσουν, όπως μια μητέρα λαχταρά να αγκαλιάσει το παιδί της που έχει πέσει στη λάσπη. Το καθαρίζει, του λέει να αποφεύγει τη λάσπη και το στέλνει πάλι έξω με ένα φιλί στο κεφάλι του. Οι Άγιοι και οι Διδάσκαλοι είναι όλο Αγάπη και ασχέτως του τι κάνουμε, είναι πάντα εκεί, προκειμένου να μας πάρουν στα χέρια τους, να μας βοηθήσουν να βελτιωθούμε και να μας παρακινήσουν να προσπαθήσουμε ξανά.

Όπως ο Άγγελος του Ελέους, οι άγιοι είναι όλο φιλευσπλαχνία. Είναι εντεταλμένοι να μας πάρουν πίσω στο Πνευματικό Μονοπάτι που ο Θεός έχει χαράξει για εμάς.

Μπορούμε να κάνουμε τη δουλειά των αγίων πιο εύκο-

λη, επιζητώντας το έλεός τους και προσπαθώντας να είμαστε κάθε μέρα που περνάει όλο και καλύτεροι. Αργά, μέρα με τη μέρα, θα δούμε ότι με τη Χάρη τους και τις ευλογίες τους, θα αποφεύγουμε τα σφάλματα που αφορούν την ηθική μας διαβίωση, ώστε να μπορέσουμε να γίνουμε τα θεϊκά όντα που ο Θεός μας έχει προορίσει να είμαστε.



Δεν μπορούμε να κρυφτούμε από τον Κύριο

Ο Λεονάρντο Ντα Βίντσι, ο φημισμένος καλλιτέχνης, δούλευε ένα πίνακα που είναι γνωστός ως: "*Μυστικός Δείπνος*", στον οποίο φαίνεται ο Χριστός να κάθεται με τους μαθητές Του, στο τελευταίο δείπνο που είχαν όλοι μαζί. Ενώ ζωγράφιζε, ο Λεονάρντο Ντα Βίντσι εκνευρίστηκε με κάποιον άνθρωπο που τον απσχολούσε και δεν τον άφηνε ήσυχο να ζωγραφίζει. Για μια στιγμή, έχασε την ψυχραιμία του και άρχισε να του μιλά με απρεπείς λέξεις και στο τέλος, έφτασε στο σημείο να τον απειλήσει ότι θα τον χτυπούσε.

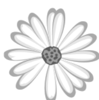
Όταν ο άνθρωπος απομακρύνθηκε, ο Ντα Βίντσι συνέχισε να ζωγραφίζει. Ήταν σε ένα σημείο που ζωγράφιζε το πρόσωπο του Ιησού. Όμως, σύντομα ανακάλυψε ότι είχε εκνευρισμό και δεν μπορούσε να συνεχίσει να ζωγραφίζει. Ήταν τόσο αναστατωμένος με τον εαυτό του, γιατί είχε θυμώσει, που δεν μπορούσε να ηρεμήσει και να συνεχίσει τη ζωγραφική. Προσπάθησε να πάει πίσω στη δουλειά ξανά και ξανά αλλά δεν μπορούσε.

Τελικά, συνειδητοποίησε τι είχε συμβεί. Το πρόσωπο του Ιησού του θύμιζε τον Θεό και ξαφνικά, αυτό το πρόσωπο του Ιησού που ήταν πάνω στο μουσαμά έγινε σαν καθρέπτης, που αντανακλούσε το πρόσωπο του ίδιου του Λεονάρντο γεμάτο με ακαθαρσίες. Αμέσως, συνειδητοποίησε ότι είχε διαπράξει ένα λάθος, καθώς είχε πληγώσει πριν από λίγο τον άνθρωπο που τον είχε νευριάσει. Ανίκανος να αντικρίσει το μισοζωγραφισμένο πρόσωπο του Ιησού, παράτησε τις μπογιές του και

έτρεξε να βρει το άτομο που είχε πληγώσει και του ζήτησε συγγνώμη για τις πικρές του λέξεις. Του εξέφρασε τη λύπη του ειλικρινά και πολλές φορές και του είπε ότι μετάνιωσε για τα πικρά του λόγια κι έτσι, ο άνθρωπος δέχτηκε τη συγγνώμη του. Στη συνέχεια, ο Λεονάρντο γύρισε στο εργαστήριό του και εν ειρήνη συνέχισε την εργασία του και τελείωσε τον πίνακα, έχοντας ζωγραφίσει με μοναδικό και θαυμαστό τρόπο το πρόσωπο του Ιησού, όπως το βλέπουμε και σήμερα στο μουσείο.

Ίσως να σκεφτόμαστε ότι μπορούμε να κρύψουμε τις σκέψεις μας, τις κουβέντες μας και τις πράξεις μας από τον Θεό, αλλά αυτό δεν γίνεται. Ο Θεός γνωρίζει πάντοτε τι κάνουμε!

Έτσι, την επόμενη φορά που θα θυμώσουμε με κάποιον ή που θα πληγώσουμε τα συναισθήματα κάποιου άλλου με τα λόγια μας ή ακόμα που θα κάνουμε κακό ή που θα τραυματίσουμε οποιοδήποτε ζωντανό πλάσμα, θα πρέπει να σκεφθούμε ότι ο Θεός μας παρακολουθεί. Τότε, σκεπτόμενοι τον Θεό, ας εξετάσουμε πώς θα αισθανόμαστε μετά τη διάπραξη τέτοιων πράξεων. Αν καθίσουμε σιωπηλοί, θα αντιληφθούμε ότι δεν θα αισθανόμαστε άνετα, έχοντας κάνει μια αρνητική πράξη. Θα είναι η φωνή της συνείδησής μας που θα μας υπενθυμίζει ότι πρέπει να είμαστε καλοί και να κάνουμε το καλό. Όταν είμαστε συντονισμένοι με αυτή την Εσωτερική φωνή, όταν ακούμε τη φωνή της ψυχής, τη συνείδηση, θα δούμε ότι θα κάνουμε επιλογές που θα μας οδηγούν στο μονοπάτι της καλοσύνης. Με αυτό τον τρόπο, σύντομα θα δούμε ότι το πνευματικό μας ταξίδι θα επιταχυνθεί.



Ο Θεός είναι πάντοτε μαζί μας

Στις αρχές του 1900, ο Σερ Έρνεστ Σάκλετον ονειρεύτηκε να διασχίσει την Ανταρκτική με έλκυθρο, συρόμενο από σκύλους. Το να διασχίσει κάποιος την Ανταρκτική σημαίνει να κάνει ένα ταξίδι δυο χιλιάδων εκατό μιλίων. Για κάποιο λόγο, όταν ο άνθρωπος ενθουσιάζεται, μπορεί να επιτύχει πράγματα

που κανείς μέχρι τότε δεν έχει επιτύχει. Και αν κάποιος επιτύχει σε μια πρόκληση, τότε βρίσκονται άλλοι που θέλουν να την επαναλάβουν και να την επεκτείνουν, δημιουργώντας ένα νέο ρεκόρ. Αυτό είναι μέσα στη φύση του ανθρώπου. Είναι στη φύση του ανθρώπινου πνεύματος. Έτσι τα είκοσι οκτώ μέλη του πληρώματος της εξερευνητικής αποστολής του Σάκλετον αποφάσισαν να αναλάβουν την πρόκληση.

Δυστυχώς, τρεις μέρες μετά το ξεκίνημα της αποστολής, το πλοίο που τους μετέφερε στην Ανταρκτική ακινητοποιήθηκε στους πάγους. Παγιδευμένοι, οι άνδρες έπρεπε να περιμένουν δέκα μήνες, για να έρθει η άνοιξη, να λιώσουν οι πάγοι και να ελευθερωθεί το πλοίο. Ο Σάκλετον κράτησε ακμαίο το ηθικό των ανδρών του, καθώς είχαν και αρκετά εφόδια για να επιβιώσουν.

Όταν ήρθε η άνοιξη, ο πάγοι άρχισαν να λιώνουν, το πλοίο απελευθερώθηκε και ξανάρχισε το ταξίδι του. Όμως η καταστροφή ήρθε, όταν το πλοίο προσάραξε σε ένα παγόβουνο και ακινητοποιήθηκε ξανά. Τώρα, επειδή τα μέλη της αποστολής δεν μπορούσαν να διασχίσουν με τα πόδια μεγάλες παγωμένες εκτάσεις στην ανοιχτή θάλασσα, αποφάσισαν και κατασκήνωσαν για πέντε μήνες επάνω στο παγόβουνο, τρώγοντας πλέον μετρημένες μερίδες φαγητού.

Όταν ένιωσαν ότι το παγόβουνο άρχισε να σπάει και να μετακινείται, σκέφθηκαν ότι θα μπορούσαν να ταξιδέψουν στο νερό μετακινούμενοι ανάμεσα από τα παγόβουνα. Έτσι, ο Σάκλετον με τους συντρόφους του και τα εφόδιά τους μπήκαν μέσα σε τρεις σωστικές λέμβους, προκειμένου να πλεύσουν ανάμεσα από τα παγόβουνα και να φθάσουν εκατόν ογδόντα μίλια μακριά στο Νησί Έλεφαντ. Αψήφησαν το χιόνι, το χαλάζι, το χιονόνερο και τη βροχή, κουβαριασμένοι και μουσκεμένοι μέσα στις βάρκες, ο ένας αγκάλιαζε τον άλλο, για να παραμένουν κατά το δυνατό ζεστοί.

Στο ερημικό Νησί Έλεφαντ, ο Σάκλετον συνειδητοποίησε ότι θα πέθαιναν, εκτός αν πήγαινε να φέρει βοήθεια. Άφησε, λοιπόν, το μεγαλύτερο μέρος του πληρώματός του εκεί με

εφόδια, γνωρίζοντας ότι θα έπρεπε να φτάσει στο σταθμό των φαλαινοθηρικών στο Νησί Τζόρτζια. Ο ίδιος και άλλα πέντε άτομα πήραν τη μεγαλύτερη σωστική βάρκα που είχε μήκος είκοσι δύο μέτρα και διέσχισαν την επικίνδυνη θάλασσα της Ανταρκτικής, για να φτάσουν στο πιο κοντινό κατοικημένο σταθμό της Τζόρτζια. Οι θυελλώδεις άνεμοι, οι ανεμοστρόβιλοι και τα πανύψηλα κύματα πολλές φορές απείλησαν τις ζωές τους. Ήταν ξυλιασμένοι από το κρύο, βασανισμένοι από δίψα και βρεγμένοι, αλλά μετά από δεκαεπτά μέρες, τελικά, έφτασαν στο Νησί Τζόρτζια. Όμως, η σωστική τους βάρκα ήταν τόσο κατεστραμμένη, που δεν μπορούσε να πάει ούτε δέκα μέτρα πιο μακριά, γεγονός που τους προβλημάτισε, καθώς είχαν αποβιβαστεί σε λάθος πλευρά του νησιού. Έτσι, για να φτάσουν στο σταθμό των φαλαινοθηρικών της Τζόρτζια, έπρεπε να διασχίσουν μία σειρά από παγωμένα βουνά. Ο Σέκλετον δε δίστασε. Πήρε δύο από τους άντρες μαζί του και προχώρησε πάνω στα βουνά. Οι συνθήκες ήταν άσχημες, σε σημείο που οι άνδρες χρησιμοποίησαν τα καρφιά της βάρκας και τα τοποθέτησαν στις ξεφτισμένες λεπτές σόλες των παπουτσιών τους, για να μη γλιστρούν και για να αυξήσουν τη σταθερότητα του βαδίσματός τους πάνω στον πάγο των βουνών. Πήραν δύο πυξίδες, μερικά σχοινιά και εφόδια και ξεκίνησαν ένα ταξίδι 30 μιλιών μέσα από τα παγωμένα βουνα. Τριάντα έξι ώρες αργότερα, κοκαλιάρηδες και ταλαιπωρημένοι από τις δοκιμασίες, ο Σάκλετον και δύο μέλη του πληρώματός του έφτασαν στο σταθμό των φαναιλοθηρικών, όπου και είχαν τη πρώτη τους επαφή με τον πολιτισμό μετά από δεκαεπτά μήνες. Στη συνέχεια, ο Σάκλετον επέστρεψε με ναυαγοσωστικό, για να σώσει τους υπόλοιπους από το πλήρωμά του. Όταν τους συνάντησε στο Νησί Έλεφαντ, ενθουσιάστηκε όταν είδε ότι ούτε ένας από τους άντρες του δεν είχε πεθάνει.

Αργότερα, όταν ο Σέκλετον ρωτήθηκε πώς τα κατάφερε μέσα από τέτοιες δυσκολίες να επιβιώσει αυτός και οι σύντροφοί του, είπε στους φίλους του: *«Ένιωθα την παρουσία μιας αόρατης Δύναμης να με οδηγεί σε όλο αυτό το ταξίδι»*.

Πώς μπορεί ένας άνθρωπος να επιβιώσει σε τέτοιες συνθήκες; Στην πραγματικότητα, δεν επιβιώνουμε σε αυτές τις καταστάσεις μόνοι μας. Είμαστε υπερβολικά εύθραστοι και υπερβολικά αβοήθητοι απέναντι στη δύναμη της φύσης. Είναι η Θεία Δύναμη μέσα μας που μας δίνει την ικανότητα, τη δύναμη και το κουράγιο να αντιμετωπίσουμε τις προκλήσεις. Ο καθένας από εμάς κάποια στιγμή καλείται να αντιμετωπίσει μια φυσική πρόκληση. Μερικές φορές αναρωτιόμαστε αν θα τα καταφέρουμε. Και, όταν τελικά βγαίνουμε από τη δύσκολη θέση, πάλι αναρωτιόμαστε πώς τα καταφέραμε.

Καθεμία από αυτές τις ιστορίες, σαν αυτή του Σέκλετον, είναι μια απόδειξη της ανώτερης Δύναμης που είναι πάντα μαζί μας. Ποτέ δεν είμαστε μόνοι. Ο Θεός είναι πάντα μαζί μας. Οποτεδήποτε έχουμε να αντιμετωπίσουμε μια δυσκολία και νιώθουμε ότι είναι υπερβολικά μεγάλη, πρέπει να έχουμε στο μυαλό ότι δε χρειάζεται να την αντιμετωπίσουμε μόνοι. Το αόρατο χέρι του Θεού είναι πάντα μαζί μας. Ίσως να μη βλέπουμε τον Θεό, αλλά ο Θεός είναι σίγουρα παρών.

Κατά καιρούς, όλοι μας νιώθουμε μια παρουσία κοντά μας. Και όσο πιο δεκτικοί είμαστε, τόσο περισσότερο μπορούμε να νιώσουμε αυτή την παρουσία. Μπορεί να μη βλέπουμε τίποτα, αλλά καταλαβαίνουμε πως κάποιος μας παραστέκεται. Έτσι, όποτε σκεπτόμαστε τις προκλήσεις που πρέπει να αντιμετωπίσουμε, θα πρέπει να θυμόμαστε εκείνους που έδωσαν ακόμη μεγαλύτερους και δυσκολότερους αγώνες από εμάς και τα κατάφεραν.

Ο Θεός είναι πάντα δίπλα μας, μέσα μας και καθοδηγεί τη ζωή μας. Οτιδήποτε μας συμβαίνει βρίσκεται στα Χέρια του Θεού. Γι᾽ αυτό, ας αντιμετωπίζουμε τις προκλήσεις της ζωής άφοβα. Ας κάνουμε ό,τι καλύτερο μπορούμε και ας αφήνουμε το αποτέλεσμα της προσπάθειάς μας στο Θέλημα του Θεού. Ο Θεός είναι πάντα μαζί μας, καθοδηγώντας μας μέσα στα άγρια κύματα της ζωής.



Μπορούμε να δούμε τον Θεό μέσα στο μικρόκοσμο

Υπάρχει ένας μύθος για έναν άνθρωπο που πήγε στο κουρείο. Αφού ο κουρέας τού κούρεψε τα μαλλιά, κράτησε έναν καθρέφτη μπροστά στο πρόσωπό του, για να του δείξει τη νέα του εμφάνιση. Όμως, καθώς ο κουρέας κρατούσε τον καθρέφτη, ο άνθρωπος ξαφνικά μπόρεσε να δει πίσω του, μέσα σε αυτόν, το βασιλιά που τυχαία περνούσε μαζί με τη μεγάλη του ακολουθία.

Ο κουρέας, ενθουσιασμένος που ο βασιλιάς περνούσε έξω από το κουρείο του, λέει στον πελάτη του: «*Άνθρωπε, γύρισε να δεις το βασιλιά να περνάει*». Ο άντρας απάντησε ήρεμα: «*Δεν υπάρχει ανάγκη να γυρίσω, γιατί είδα το βασιλιά να περνάει μέσα από τον καθρέπτη*».

Ακόμα, λέγεται ότι ο σπουδαίος Βιβλικός προφήτης Ιεζεκιήλ στεκόταν κάποτε στις όχθες ενός ποταμού και καθώς είχε προσηλώσει το βλέμμα του στο νερό του ποταμού, μπήκε σε μια κατάσταση εκστατικού διαλογισμού και ξαφνικά, καθώς κοιτούσε το νερό του ποταμού, είχε μια φευγαλέα ματιά των Επτά Παραδείσων και των ουράνιων αγγέλων και η δόξα του Θεού του αποκαλύφθηκε. Όλα αυτά του συνέβησαν ενώ είχε εστιασμένη την προσοχή του στο νερό.

Αυτά τα δύο παραδείγματα κάτι μας δείχνουν. Ο Θεός μπορεί να γίνει αντιληπτός μέσα στο μικρόκοσμο της ψυχής. Πολλοί νομίζουν ότι ο Θεός είναι μια δύναμη που υπάρχει έξω από εμάς. Οι άνθρωποι προσπαθούν να βρουν τον Θεό πάνω από τους εαυτούς τους ή γύρω τους. Όμως, ο Θεός βρίσκεται μέσα μας. Ολόκληρος ο μακρόκοσμος του Θεού εμπεριέχεται στον μικρόκοσμο της ψυχής μας.

Ο άντρας που κούρεψε τα μαλλιά του είδε την αντανάκλαση του βασιλιά στον καθρέφτη. Ο σπουδαίος μύστης Ιεζεκιήλ είχε το όραμα των παραδείσων ενώ κοιτούσε μέσα στο ποτάμι. Όμοια, μπορούμε και εμείς να δούμε τον Θεό, κοιτώντας μέσα στον καθρέφτη της ψυχής μας. ***Και αυτό ακριβώς είναι ο***

διαλογισμός. Είναι η εξάσκηση τού να κοιτάζουμε μέσα στον αληθινό μας εαυτό, για να βρούμε τον Υπερεαυτό. Είναι μια διαδικασία που επιτρέπει στην ψυχή μας να δει και να ταυτιστεί με τον Θεό.

Όταν κοιτάζουμε μέσα, στα κατάβαθα της ψυχής μας, ψάχνουμε να βρούμε τον Θεό. Γι᾽ αυτό η αγνότητα της ψυχής είναι τόσο σημαντική. Ο λόγος που δεν μπορούμε να δούμε πάντα τον Θεό μέσα μας είναι ότι η ψυχή μας έχει επικαλυφθεί με πολλές στρώσεις βρομιάς και ακαθαρσίας. Αυτή η ακαθαρσία έχει επικαλύψει την ψυχή μας στη διάρκεια αιώνων με δράσεις και αντιδράσεις. Έχει παρασυρθεί από το νου σε πολλές σκέψεις, λόγια και πράξεις που ήταν αρνητικές. Έτσι, η ψυχή μας είναι καλυμμένη όχι μόνο με τη βρομιά των δικών μας πράξεων, αλλά και με τις αντιδράσεις που προκαλούνται εξαιτίας των σκέψεων, των λόγων και των πράξεών μας. Αυτά τα στρώματα ρύπων έχουν κηλιδώσει τον πεντακάθαρο κρυστάλλινο καθρέφτη της ψυχής μας και δεν μπορούμε να δούμε καθαρά τον Θεό εκεί. Αυτά τα στρώματα έχουν γεμίσει με λάσπη το νερό του ποταμού, ώστε τα παραδεισένια οράματα να μην μπορούν να αντικατοπτρίζονται.

Για να ανακαλύψουμε το μακρόκοσμο μέσα στο δικό μας μικρόκοσμο, απαιτείται μόνο να καθαρίσουμε τον καθρέφτη της καρδιάς μας. Δε χρειαζόμαστε να ψάξουμε μακριά, για να βρούμε τον Θεό, απλώς μπορούμε να κοιτάξουμε μέσα από τις στρώσεις των ρύπων που έχουμε συσσωρεύσει.

Μπορούμε να καθαρίσουμε αυτές τις στρώσεις με το να μη δημιουργούμε νέους ρύπους και ακόμα μπορούμε να απομακρύνουμε τις παλιές στρώσεις των ρύπων κάνοντας διαλογισμό. Τότε, κομμάτι-κομμάτι, ο καθρέφτης θα καθαρίσει. Θα δούμε το λαμπρό Φως του Θεού να αντανακλάται εκεί. Θα δούμε ότι η ψυχή μας είναι ένα μέρος του ίδιου του Φωτός του Θεού. Θα δούμε ότι ο Θεός είναι μέσα μας πάντα, περιμένοντας να μας αποκαλυφθεί.

Όπως δεν υπήρχε διαφορά, αν ο άνθρωπος στο κουρείο έβλεπε το βασιλιά μέσα από τον καθρέφτη ή γύριζε το πρόσω-

πό του, όμοια, δεν υπάρχει καμία διαφορά ανάμεσα στον Θεό που είναι πανταχού παρών και στον Θεό που κατοικεί μέσα στην ψυχή μας. Ο Θεός είναι Θεός και είναι το ίδιο, είτε εμφανίζεται σε μένα είτε σε σένα, στο ένα άτομο ή το άλλο. Είναι ένα και το αυτό.

Μπορούμε να καθαρίσουμε την καρδιά μας μέσω της ηθικής διαβίωσης, της ανιδιοτελούς προσφοράς και του διαλογισμού και τότε, θα είμαστε ικανοί να κοιτάξουμε μέσα στον καθρέπτη της καρδιάς μας και να βρούμε εκεί τον Κύριο.



Ο Θεός στηρίζει εξίσου και τους καλούς και τους κακούς

Η σπουδαία Σούφι, αγία Ράμπια Μπάσρι, είχε ακλόνητη πίστη στον Θεό καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής της. Έζησε μια απλή ζωή. Οι γνωστοί της συχνά ανησυχούσαν για το αν είχε ακόμα και τροφή να επιβιώσει. Συχνά, άνθρωποι την επισκέπτονταν και προσφέρονταν να της δώσουν τη βοήθειά τους αλλά όποτε το έκαναν αυτό, τους έδινε την ακόλουθη απάντηση: «*Νιώθω ντροπή να ζητήσω εγκόσμια πράγματα ακόμη και από Αυτόν που έφτιαξε τον κόσμο και στον οποίο ο κόσμος ανήκει, γι' αυτό, πώς μπορώ να ζητήσω βοήθεια από εκείνους στους οποίους ο κόσμος δεν ανήκει;*»

Οι φίλοι της έφευγαν νιώθοντας απογοήτευση που η Ράμπια εξαρτιόταν τόσο πολύ από τον Θεό και συνεχώς αρνιόταν τη βοήθειά τους.

Κάποτε, ένας ευσεβής γνωστός της, ο Χασάν από την Μπάσρα, θέλησε να την επισκεφθεί. Όταν έφτασε έξω από την καλύβα της, βρήκε έναν πλούσιο άνθρωπο να περιμένει να μπει μέσα. Ο άνθρωπος αυτός κρατούσε μια τσάντα με δώρα που επιθυμούσε να της προσφέρει. Καθώς ο Χασάν πλησίασε, βρήκε αυτό τον πλούσιο άνθρωπο να κλαίει. «*Γιατί κλαις;*» τον ρώτησε ο Χασάν. Ο άντρας απάντησε: «*Κλαίω, γιατί είμαι πολύ συγκινημένος με τη Ράμπια. Είναι μια μεγάλη αγία της*

εποχής μας. Πιστεύω ότι δίχως τις προσευχές και τις ευλογίες της, η ανθρωπότητα θα χανόταν. Επιθυμώ να της δώσω αυτήν εδώ την προσφορά για τις υπηρεσίες της, αλλά φοβάμαι ότι δε θα τη δεχτεί. Αν εσύ την παρακαλούσες αντί για εμένα να την πάρει, ίσως να σε άκουγε και τη δεχόταν».

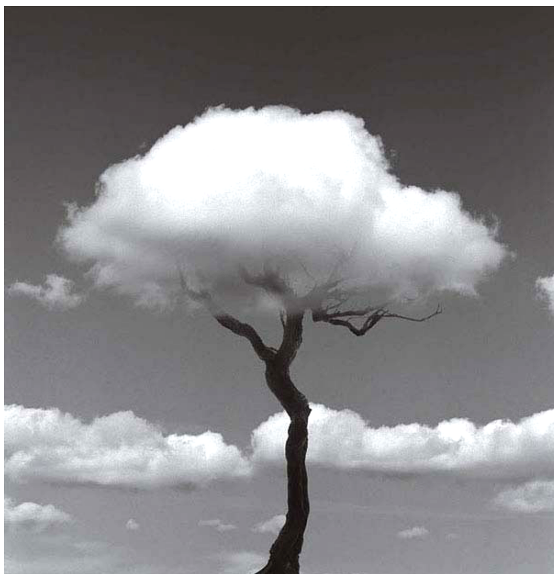
Ο Χασάν μπήκε στην καλύβα της Ράμπια Μπάσρι με την προσφορά. Τότε η Ράμπια του έριξε μια πλάγια ματιά και με το βλέμμα της αρνήθηκε την προσφορά και το χρυσό του πλούσιου άνδρα με αυτήν την απάντηση: *«Αν ο Θεός προνοεί για εκείνους που αδιαφορούν και μιλούν κοροϊδευτικά για Εκείνον, δε θα προνοήσει για εκείνους που Τον αγαπούν; Αν ο Θεός δεν αρνείται να παρέχει τροφή και να συντηρεί εκείνους που μιλούν απαξιωτικά για Εκείνον, τότε πώς μπορεί να αρνηθεί να συντηρήσει αυτούς των οποίων η ψυχή ξεχειλίζει από Αγάπη για τον Θεό;»*

Αυτό το παράδειγμα από τη ζωή της Ράμπια μάς κάνει να σκεφτούμε για τη δική μας εμπιστοσύνη προς τον Θεό. Συχνά, ανησυχούμε αν θα έχουμε αρκετά χρήματα κάθε μήνα, για να πληρώσουμε τους λογαριασμούς. Αναρωτιόμαστε αν μπορούμε να καλύψουμε την υποθήκη του σπιτιού μας ή το ενοίκιο. Ανησυχούμε για τους λογαριασμούς περίθαλψης της οικογένειάς μας. Βλέπουμε το κόστος των τροφίμων να αυξάνεται και αναρωτιόμαστε αν θα μπορούμε να συνεχίσουμε να κερδίζουμε αρκετά, για να εξασφαλίζουμε τα απαραίτητα για τις βασικές ανάγκες της ζωής. Κατά καιρούς, όταν το χρηματιστήριο κάνει μια βουτιά, ανησυχούμε για την οικονομική μας κατάσταση στο μέλλον. Αυτό που αποτυγχάνουμε να συνειδητοποιήσουμε είναι η αλήθεια που η Ράμπια αντιλήφθηκε. Ότι δηλαδή ο Θεός προνοεί για όλες τις ψυχές που έρχονται στον κόσμο, είτε είναι εκείνοι που ζουν μια καλή ζωή, είτε είναι εκείνοι που είναι γεμάτοι με αμαρτίες και διαπράττουν αρνητικές πράξεις.

Δισεκατομμύρια άνθρωποι γεννιούνται στον κόσμο. Κάποιοι άνθρωποι ζουν μια θεάρεστη και ηθική ζωή. Μερικοί διαπράττουν εγκλήματα και κάνουν ανήθικες πράξεις. Όμως, ο

Θεός αφήνει τον ήλιο να λάμπει για όλους το ίδιο. Ο Θεός στέλνει τη βροχή και στους καλούς και στους κακούς. Ο Θεός παρέχει τροφή σε αυτόν τον πλανήτη στους καλούς και στους κακούς εξίσου. Αν, λοιπόν, ο Θεός φροντίζει εκείνους που αδιαφορούν γι' Αυτόν ή διαπράττουν πράξεις άνομες, δεν θα φροντίσει για εκείνους που είναι καλοί άνθρωποι και Τον αγαπούν;

Όταν κοιτάμε τη ζωή μέσα από τα μάτια της ψυχής, εμπιστευόμαστε τον Θεό να μας φροντίσει. Όταν βλέπουμε τον κόσμο μέσα από μια θεία οπτική, βρίσκουμε ότι ο Θεός είναι όλο Αγάπη για εμάς και μας στηρίζει, είτε είμαστε άγιοι είτε αμαρτωλοί. Ο Θεός δεν κάνει διακρίσεις ανάμεσα στους διάφορους τύπους ανθρώπων. Όλοι είμαστε παιδιά του Θεού και ο Θεός στηρίζει και τον καλό και τον κακό, με τον ίδιο τρόπο.



Η Αγάπη για τον Θεό

Ένα δώρο για τον Κύριο

Κάποια μέρα, μια ηλικιωμένη γυναίκα επισκέφθηκε το μεγάλο Αμερικανό πρόεδρο Αβραάμ Λίνκολν. Η γυναίκα είχε ζητήσει ακρόαση από τον Πρόεδρο και της κανόνισαν μια συνάντηση. Όταν έφτασε στο προεδρικό μέγαρο, είχε μαζί της και ένα καλυμμένο καλάθι.

Ο πρόεδρος τη χαιρέτισε και βλέποντας το καλάθι, τη ρώτησε: «*Καλή μου γυναίκα, τι έχεις μέσα στο καλάθι;*»

Εκείνη ξεσκέπασε το καλάθι και είπε: «*Αγαπητέ Κύριε Πρόεδρε, σου έχω φέρει μερικά φρεσκοψημένα μπισκότα*».

Ο Πρόεδρος την κοίταξε και είπε: «*Υπάρχει και κάτι άλλο που θέλεις να μου πεις;*»

Η γυναίκα απάντησε: «*Όχι, κύριε, δεν έχω έρθει εδώ σήμερα για να σου ζητήσω κάποια χάρη για μένα ή για κάποιον άλλον. Άκουσα ότι σου αρέσουν τα μπισκότα και ήρθα εδώ, για να σου φέρω αυτό το καλάθι*».

Δάκρυα ήρθαν στα μάτια του προέδρου που στεκόταν άφωνος.

Τελικά, της είπε: «*Η γεμάτη Αγάπη ανιδιοτελής πράξη σου με συγκινεί βαθύτατα. Χιλιάδες άνθρωποι έχουν έρθει στο γραφείο μου από τότε που έγινα πρόεδρος, αλλά είσαι η πρώτη που έρχεσαι και δε μου ζητάς μια χάρη για τον εαυτό σου ή για κάποιον άλλον!*»

Η ιστορική αυτή αφήγηση μπορεί εύκολα να περιγράψει τη σχέση μας με τον Θεό, τους αγίους και τους Διδασκάλους. Αν είμαστε στη θέση του Θεού, θα βλέπαμε ότι οι περισσότε-

ροι άνθρωποι Τον θυμούνται, όταν θέλουν μια χάρη για τον εαυτό τους ή για κάποιον άλλον. Οι άνθρωποι συνήθως προσεύχονται στο Θεό, όταν έχουν προβλήματα υγείας από κάποια ασθένεια ή από ατύχημα, όταν έχουν οικονομικά προβλήματα, προβλήματα σχέσεων, δυσκολίες με τους βαθμούς τους στο σχολείο ή προβλήματα στην καριέρα τους. Λίγοι κάθονται στην ενθύμηση του Θεού, για να Του δείξουν την αφοσίωσή τους και την Αγάπη τους γι᾽ Αυτόν και όχι για να Του ζητήσουν κάποια χάρη.

Το καλύτερο δώρο που μπορούμε να κάνουμε στον Κύριο είναι να πάμε κοντά Του από Αγάπη γι᾽ Αυτόν. Αυτό που δε συνειδητοποιούμε είναι ότι ο Θεός είναι σαν ένας στοργικός πατέρας. Δε θα έπρεπε να ζητάμε από τον Θεό τίποτα, παρά μόνο Εκείνον, τον ίδιο το Θεό. Τότε, θα βλέπαμε ότι θα παίρναμε πολύ περισσότερα από το αν είχαμε έρθει στον Θεό, για να Του ζητήσουμε μια χάρη.

Ο Θεός θέλει να μας δώσει όλες τις ευλογίες Του, αλλά ερχόμαστε σε Εκείνον ζητώντας Του μικροπράγματα. Όταν ο Θεός ικανοποιεί μία επιθυμία μας και λύνει ένα μας πρόβλημα εμείς και πάλι φεύγουμε με πολλά νέα προβλήματα. Μέχρι την επόμενη εβδομάδα, το αρχικό πρόβλημα έχει ξεχαστεί και ένα καινούριο έχει προκύψει.

Αν συνέβαινε να ερχόμασταν στον Θεό με ένα καλάθι γεμάτο Αγάπη, θα λαμβάναμε τη Χάρη του Θεού σε αφθονία. Όντας γεμάτοι με την Αγάπη, τη μακαριότητα και τη χαρά του Θεού, αυτό θα μας βοηθούσε να ξεπεράσουμε πολλά από τα προβλήματά μας. Αν έχουμε την πίστη ότι ο Θεός είναι πάντα μαζί μας, αυτό θα μας δίνει κουράγιο και δύναμη να αντιμετωπίζουμε τις δυσκολίες της ζωής.

Αποκτώντας πνευματική γνώση

Η αξία της εμπειρίας

Ένας καθηγητής Αγγλικής φιλολογίας κάποτε μπήκε σε μια βάρκα με έναν βαρκάρη, προκειμένου να διασχίσει μια λίμνη. Περήφανος για τα επιτεύγματά του στο φιλολογικό τομέα, ο καθηγητής ρώτησε το βαρκάρη: «*Έχεις ποτέ μελετήσει την επιστήμη της γραμματικής;*»

Ο βαρκάρης είπε: «*Όχι, δεν την έχω μελετήσει*».

Με σαρκασμό, η καθηγητής της γραμματικής απάντησε: «*Τότε έχεις σπαταλήσει άδικα τη μισή σου ζωή!*»

Ο βαρκάρης αναστατώθηκε από την αγένεια του καθηγητή, αλλά παρέμεινε ήρεμος και δεν του είπε τίποτα.

Σε λίγο, όμως, καθώς διέπλεαν τη λίμνη, ήρθε μια καταιγίδα και ξαφνικά, η βάρκα παγιδεύτηκε από μια δίνη σε ένα σημείο, ακινητοποιήθηκε και ο βαρκάρης δεν μπορούσε να τη μανουβράρει ενώ τα κύματα απειλητικά ξεσπούσαν διαρκώς με ορμή επάνω της. Φοβούμενος πως η βάρκα θα ανατρεπόταν, ο βαρκάρης φώναξε δυνατά: «*Κύριε καθηγητά, ξέρεις να κολυμπάς;*»

Ο φιλόλογος απάντησε υπεροπτικά: «*Όχι, δεν ξέρω να κολυμπώ, γιατί ποτέ δε σπατάλησα το χρόνο μου σε λιγότερο σημαντικά πράγματα από τη μελέτη*».

Τότε ο βαρκάρης του είπε: «*Επειδή η βάρκα θα βυθιστεί σε λίγο, καθώς η κακοκαιρία δυναμώνει και έχουμε εγκλωβιστεί σε αυτό το δύσκολο σημείο, φαίνεται ότι άδικα έχεις σπαταλήσει τη μισή ζωή σου σε πολύ σημαντικά πράγματα και δεν έχεις αφιερώσει χρόνο στο να μάθεις να κολυμπάς,*

γιατί τώρα πρόκειται να πνιγείς!»

Αυτή η ιστορία που ειπώθηκε από το Μαουλάνα Ρούμι στο Μασνάβι, αποκαλύπτει μια σημαντική αλήθεια και μας προτρέπει να συλλογιστούμε τις προτεραιότητές μας στη ζωή. Ο καθηγητής ήταν γεμάτος με περηφάνια και εγωισμό για τα διανοητικά του επιτεύγματα, αλλά αυτό δεν τον βοήθησε, όταν χρειάστηκε να κολυμπήσει. Η ζωή του εξαρτήθηκε από την ικανότητά του να κολυμπάει, αλλά ποτέ δεν είχε δώσει σημασία σε αυτή τη δραστηριότητα κατά τη διάρκεια της ζωής του. Ήταν απασχολημένος με τη μελέτη βιβλίων φιλολογίας και δε σκέφθηκε ποτέ ότι θα βρισκόταν κάποτε στη θέση να χρειαστεί να μάθει και κάτι άλλο.

Οι περισσότεροι από εμάς είμαστε στην ίδια βάρκα. Περνάμε τις ζωές μας, επιδιώκοντας υλικούς και διανοητικούς στόχους και παραμελούμε να ενδιαφερθούμε για την πνευματικότητα. Όταν το παλιρροιακό κύμα του φυσικού θανάτου έρχεται καταπάνω μας, δεν έχουμε καθόλου πνευματικές εμπειρίες, για να αντιμετωπίσουμε το τέλος της ζωής μας. Όταν μάθουμε το δυσάρεστο νέο ότι έχουμε μια θανατηφόρο ασθένεια ή όταν ξαφνικά βρεθούμε αντιμέτωποι με το θάνατο, πανικοβαλλόμαστε. Δεν ξέρουμε τι να κάνουμε. Δεν έχουμε ασχοληθεί κατά τη διάρκεια της ζωής μας, για να μάθουμε το αληθινό νόημα της ζωής και του θανάτου και φοβόμαστε το τέλος μας.

Εκείνοι που έχουν κατά τη διάρκεια της ζωής τους μάθει να κολυμπούν στο πνευματικό Ρεύμα μέσα από το διαλογισμό, δεν έχουν τίποτα να φοβηθούν. Αντιμετωπίζουν το τέλος τους με ηρεμία και αφοβία. Γιατί; Διότι έχουν ήδη γνωρίσει το μεγαλείο της μετά θάνατον ζωής ενώ βρίσκονται ακόμη σε αυτή τη ζωή. Έχουν μάθει την τέχνη να υψώνονται πάνω από τη σωματική τους συνειδητότητα και έχουν γίνει μάρτυρες, από πρώτο χέρι, εμπειριών από τους κόσμους του Υπερπέραν. Τι έχουν να φοβηθούν, όταν το φυσικό τους τέλος έρχεται; Ξέρουν πώς να κολυμπούν μέσα στο Υπερπέραν, όταν η φυσική βάρκα τους σώματός τους πρόκειται να ανατραπεί.

Πολλοί άνθρωποι αγνοούν την πραγματικότητα του φυσικού τους θανάτου, μέχρι να είναι πλέον πολύ αργά. Αισθάνονται ότι η διανοητική γνώση, η συσσώρευση υλικών αγαθών, η φήμη και η δύναμη είναι τα πιο σημαντικά πράγματα. Αλλά όταν ο θάνατος πλησιάζει, συνειδητοποιούν ότι η διανοητική τους γνώση και οι εγκόσμιες περιουσίες τους είναι άχρηστες. Τότε, μετανιώνουν που δεν είχαν αφιερώσει περισσότερο χρόνο, προκειμένου να μάθουν για τη ψυχή τους, για τον Θεό και για τους κόσμους και τις πραγματικότητες του Υπερπέραν.

Αυτοί που μαθαίνουν για την πνευματικότητα κατά τη διάρκεια της ζωής τους είναι τυχεροί. Μπορούν να αφιερώνουν κάποιο χρόνο καθημερινά στις πνευματικές τους ασκήσεις, ώστε να μπορούν να τελειοποιηθούν στην τέχνη της ανύψωσης πάνω από τη σωματική συνειδητότητα σε αυτή τους τη ζωή. Όπως για το κολύμπι χρειάζεται εξάσκηση, έτσι και ο καθημερινός διαλογισμός θα αυξήσει τις πνευματικές μας ικανότητες, ώστε να φτάσουμε σε ένα σημείο που να μπορούμε να βιώσουμε τις πνευματικές περιοχές μέσα μας.

Εφόσον μπορούμε να μάθουμε την τέχνη του διαλογισμού, τότε, όπως ο βαρκάρης που ήξερε να κολυμπά, μπορούμε να διασχίσουμε επιτυχώς τον ταραγμένο ωκεανό της ζωής και να βρούμε καταφύγιο σε ένα πνευματικό λιμάνι.



Διαλέγετε τις παρέες σας με σύνεση

Σε κάποιες περιοχές, οι άνθρωποι φυτεύουν κοντά σε κατώτερης ποιότητας τριαντάφυλλα άλλα υψηλότερης ποιότητας. Αυτό γίνεται, για να περιορίσουν την αυτογονιμοποίηση των τριαντάφυλλων κατώτερης ποιότητας και να υπάρξει βελτίωση του είδους. Η μέθοδος αυτή καθιερώθηκε, προκειμένου να δημιουργούνται τριαντάφυλλα όσο το δυνατόν ανώτερης ποιότητας.

Αυτή η αρχή μπορεί να καθοδηγήσει και τη ζωή μας. Λέγεται ότι ένας ανθρωπος χαρακτηρίζεται από τις παρέες που

κάνει. Αν θέλουμε να γίνουμε πλούσιοι, θα πρέπει να συναναστρεφόμαστε με πλούσιους ανθρώπους. Με αυτόν τον τρόπο, θα αρχίσουμε να σκεφτόμαστε και να δρούμε όπως αυτοί και ίσως μια μέρα να γίνουμε και εμείς πλούσιοι, ακολουθώντας τον τρόπο ζωής και τη νοοτροπία τους. Αν θέλουμε να γίνουμε αθλητές, θα πρέπει να περνάμε το χρόνο μας με αθλητές ώστε να μπούμε και εμείς μέσα στον τρόπο ζωής τους και να ζούμε και να δραστηριοποιούμαστε όπως αυτοί. Κοντά τους θα παρακινούμαστε να κάνουμε περισσότερη προπόνηση και να διατηρούμαστε περισσότερο σε φόρμα, ακολουθώντας το κατάλληλο διαιτολόγιο που ακολουθούν αυτοί ακολουθούν. Αν επιθυμούμε να γίνουμε συγγραφείς, θα πρέπει να είμαστε μαζί με συγγραφείς και να εμπνεόμαστε από τον τρόπο που γράφουν και γενικά, από τον τρόπο που διακονούν την τέχνη τους.

Παρόμοια, αν επιθυμούμε να αναπτυχθούμε πνευματικά, θα πρέπει να βρισκόμαστε στη συντροφιά ανθρώπων που έχουν αναπτυχθεί πνευματικά. Κοντά τους, θα αφιερώνουμε περισσότερο χρόνο στην πνευματικότητα και θα παραμένουμε απασχολημένοι στο να σκεφτόμαστε την ψυχή μας και τον Θεό. Θα μιλάμε και θα είμαστε επικεντρωμένοι σε πνευματικά θέματα και θα αφιερώνουμε περισσότερο χρόνο στις πνευματικές μας ασκήσεις. Αν περνάμε χρόνο με κάποιον που διαλογίζεται, είναι πολύ πιθανό να καθόμαστε και εμείς κοντά του και να διαλογιζόμαστε. Αν παραμένουμε στη συντροφιά ατόμων που ακολουθούν ηθική διαβίωση και είναι ενάρετοι, θα παρακινούμαστε και εμείς να ζούμε με τον ίδιο ενάρετο τρόπο.

Ας αξιολογήσουμε τις συντροφιές που έχουμε και ας δούμε τους φίλους που διαλέγουμε. Διαλέγουμε φίλους που μας οδηγούν στην επιδίωξη κατώτερων επιλογών και όχι στην προσωπική πνευματική μας ανάπτυξη ή διαλέγουμε φίλους που μας βοηθούν να διάγουμε μια πνευματική ζωή; Όταν θέλουμε να παραμένουμε ζεστοί, καθόμαστε κοντά στη φωτιά. Όταν επιθυμούμε να δροσιστούμε, καθόμαστε κοντά σε ένα κλιματιστικό ή κοντά σε πάγο. Όταν επιθυμούμε να διάγουμε

μια πνευματική ζωή, μπορούμε να συναναστρεφόμαστε ανθρώπους που να είναι πνευματικά σκεπτόμενοι και να διαθέτουμε το χρόνο μας κοντά τους.

Αν είμαστε αρκετά τυχεροί και βρισκόμαστε στη συντροφιά ενός πνευματικά τελειοποιημένου ατόμου, αυτό θα αποτελέσει για μας μια ευλογία, καθώς ένα τέτοιο άτομο ακτινοβολεί πνευματικότητα και μπορεί να μας εμπνεύσει να αναζητήσουμε την πνευματική επίγνωση μέσα μας. Όντας στο περιβάλλον ενός τέτοιου ανθρώπου, θα παρακινηθούμε να εστιάσουμε την προσοχή μας στις πνευματικές αξίες της ζωής. Αυτή η ατμόσφαιρα που δημιουργείται γύρω του θα έχει επίδραση στην ψυχή μας. Η ψυχή έλκεται από κάποιον που έχει πραγματώσει ο ίδιος την ψυχή του και αυτή η έλξη θα μας ανυψώσει και θα μας οδηγήσει στο να συγκεντρώνουμε την προσοχή μας στην αναζήτηση των πνευματικών δώρων που βρίσκονται μέσα μας.

Αν επιθυμούμε να βελτιωθούμε στους διαλογισμούς μας, ας σκεφτούμε πώς ξοδεύουμε το χρόνο μας κατά τη διάρκεια της ημέρας. Αν διαθέτουμε χρόνο στη συντροφιά ενός πνευματικά τελειοποιημένου όντος και πνευματικά προσανατολισμένων ανθρώπων, θα δούμε την προσοχή μας να είναι περισσότερο επικεντρωμένη στον Θεό και τότε, οι διαλογισμοί μας θα είναι πιο καρποφόροι.

Διαλέγοντας τις παρέες μας με σύνεση, θα μπορέσουμε να βοηθηθούμε και να προοδεύσουμε περισσότερο στον πνευματικό τομέα.



Μαθήματα του νου και της ψυχής

Όταν ξεκινάμε στο Πνευματικό Μονοπάτι, συναντάμε δύο τομείς που αφορούν την εκμάθηση των πνευματικών διδαγμάτων. Ο ένας είναι η θεωρητική πλευρά, με την οποία ικανοποιούμε τις απορίες του μυαλού μας και η άλλη είναι η πρακτική πλευρά, με την οποία βιώνουμε προσωπικά τις πνευματικές

αλήθειες στα βάθη της ψυχής μας. Είναι ιδιαίτερα σημαντικό να έχουμε ασχοληθεί και με τους δύο τομείς, όμως τελικά θα πρέπει να εστιάσουμε την προσοχή μας στο να κάνουμε *πρακτική εξάσκηση στο διαλογισμό*, για να αποκτήσουμε πραγματική εμπειρία. Η υπερβολική έμφαση στη θεωρητική πλευρά μπορεί να εκτρέψει την προσοχή μας μακριά από τις ασκήσεις που χρειάζεται να εκτελούμε.

Ακόμα για να ικανοποιήσουμε το νου μας και να απαντηθούν οι ερωτήσεις μας, θα θέλουμε να μπούμε σε νοητικές φλυαρίες, και αυτό μπορεί να γίνει ένας ιστός αράχνης, από τον οποίο ίσως να έχουμε δυσκολία να δραπετεύσουμε.

Για να διευκρινιστεί αυτό το σημείο, ας δούμε τη σοφία του σπουδαίου Βούδα. Ο Βούδας προσέφερε στον κόσμο σαράντα πέντε χρόνια ανιδιοτελούς διδασκαλίας των πνευματικών αληθειών. Ήθελε να βοηθήσει τις βασανισμένες ψυχές να αποκτήσουν φώτιση και να δραπετεύσουν από τον καρμικό τροχό της ζωής που τους δένει με αυτό τον κόσμο. Ο Βούδας ήταν γεμάτος ευσπλαχνία και υπηρέτησε την ανθρωπότητα χωρίς καμία μέριμνα για τη δική του άνεση. Θυσίασε τον εαυτό του, ώστε οι άλλοι να μπορέσουν να βρουν το δρόμο τους προς τη Νιρβάνα. Λέγεται ότι ο Βούδας περιόδευε οκτώ μήνες κάθε χρόνο, για να διδάξει τους ανθρώπους, σε όσο περισσότερα μέρη μπορούσε, το δρόμο της σωτηρίας. Η μόνη περίοδος που δεν περιόδευε ήταν η εποχή των βροχοπτώσεων, κατά την οποία παρέμενε στο ίδιο μέρος. Διέδωσε τα διδάγματά του σε όσο περισσότερους ανθρώπους μπορούσε, ανεξάρτητα από την κάστα τους, τη θρησκεία, το χρώμα και την κοινωνική τους κατάσταση. Έδωσε σε όλους μια ίση ευκαιρία να βρουν το δρόμο της φώτισης.

Κάποια μέρα, ένας μαθητής με το όνομα Μαλουνκιαπούτα ζήτησε να έχει μια ιδιαίτερη συνομιλία με το Βούδα. Ο Μαλουνκιαπούτα είχε ένα ανήσυχο νου και κατά τη διάρκεια των διαλογισμών, ο νους, του δημιουργούσε ερωτήματα, όπως «*Είναι ο κόσμος απεριόριστος ή περιορισμένος;*» ή «*Είναι η ψυχή ένα μέρος από το ανθρώπινο σώμα;*» Αντί να διαλογί-

ζεται λοιπόν και να ακινητοποιεί το νου, κατέληγε να σπαταλά το χρόνο του διαλογισμού του, κάνοντας νοητικά αυτές τις φιλοσοφικές ερωτήσεις. Έτσι, κατά τη διάρκεια της συνέντευξης με το Βούδα, ο μαθητής είπε στο Βούδα τις δυσκολίες που είχε στους διαλογισμούς του.

«Ω Ευλογημένε, σε παρακαλώ, απάντησε σε αυτές τις ερωτήσεις μου. Αν το κάνεις, θα παραμείνω στο Πνευματικό Μονοπάτι. Αν δεν απαντήσεις σε αυτές τις ερωτήσεις, θα φύγω από κοντά σου».

Ο Βούδας απάντησε:

«Ω Μαλουνκιαπούτα, σου ζήτησα εγώ ποτέ να ακολουθήσεις αυτό το μονοπάτι ή σου υποσχέθηκα ποτέ ότι θα απαντήσω σε αυτές τις διανοητικές σου ανησυχίες;»

Ο μαθητής δειλά απάντησε:

«Όχι».

Ο Βούδας τότε του εξήγησε στοργικά:

«Οποιοσδήποτε ανησυχεί για τέτοια ανούσια ζητήματα, όπως για το αν ο κόσμος είναι απεριόριστος ή περιορισμένος ή αν η ψυχή μοιάζει με το σώμα και άλλα τέτοια, σπαταλάει χρόνο που θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει για τις πνευματικές του ασκήσεις. Είναι ακριβώς σαν κάποιον που ενώ χτυπήθηκε από ένα δηλητηρισμένο βέλος, αντί να αφήσει το γιατρό να τον θεραπεύσει και να βγάλει το βέλος με το δηλητήριο, αρχίζει να του λέει ότι δε θα αφήσει την πληγή του να λάβει περίθαλψη, μέχρι να μάθει ποιος είναι αυτός που τον χτύπησε, τι είδους άνθρωπος είναι, αν είναι ψηλός ή κοντός, τι τύπο τόξου και τι βέλος χρησιμοποίησε ή τι χρώμα έχει το δέρμα του. Αυτό που έχει πρωτεύουσα σημασία είναι πρώτα από όλα να θεραπευτεί. Παρόμοια, αν πούμε ότι δε θα κάνουμε τις πνευματικές μας ασκήσεις, μέχρι να πάρουμε τις απαντήσεις που θέλουμε σε τέτοιου είδους νοητικές ερωτήσεις, όπως για το αν το σύμπαν είναι αιώνιο ή όχι και άλλα τέτοια ερωτήματα, τότε ίσως να περάσει ολόκληρη η ζωή μας και ποτέ να μη φτάσουμε στον πνευματικό μας στόχο».

Ο Βούδας συνέχισε την κουβέντα του: «*Διδάσκω ό,τι είναι σημαντικό να γνωρίζετε και όχι ό,τι δεν έχει μεγάλη σημασία. Θέλω να βοηθήσω τους ανθρώπους να λύσουν τα προβλήματα της λύπης και του πόνου που έχουν σε αυτή τους τη ζωή και ακόμα κάτι πιο χρήσιμο που είναι το πώς πρέπει να διαμορφώσουμε την πνευματική μας ζωή, ώστε να οδηγηθούμε στη φώτιση*».

Για να καταλάβετε καλύτερα, θα σας πω πάλι κάτι σχετικό με το Βούδα. Μια μέρα ο Βούδας βρισκόταν με τους μαθητές του στο δάσος Σιμσάπα κοντά στο Κοσάμπι. Σε μια στιγμή, μάζεψε από κάτω μερικά φύλλα από τα δέντρα και ρώτησε τους μαθητές του:

«*Ποια είναι η γνώμη σας; Ποια είναι περισσότερα; Αυτά τα φύλλα που έχω μέσα στο χέρι μου ή τα φύλλα του δάσους γύρω μας;*»

Οι μαθητές απάντησαν:

«*Ω Ευλογημένε, έχεις πολύ λίγα φύλλα στο χέρι σου, ενώ υπάρχουν πολλά περισσότερα στο δάσος*».

Ο Βούδας τότε τους είπε:

«*Ισχύει το ίδιο και με τα διδάγματά μου. Από όσα πράγματα γνωρίζω, σας έχω πει μόνο λίγα. Αυτά που δε σας έχω πει είναι πολύ περισσότερα, όπως τα φύλλα του δάσους. Γιατί δε σας είπα όλα όσα γνωρίζω; Ο λόγος είναι ότι όλες αυτές οι πληροφορίες δεν σας είναι χρήσιμες. Τις πληροφορίες που δεν οδηγούν στη φώτιση δε σας τις έχω δώσει. Σας έχω μόνο πει αυτά που χρειάζεται να ξέρετε, για να αποκτήσετε πνευματική εμπειρία και να βρείτε σωτηρία*».

Καθώς σκεφτόμαστε σχετικά με τις ζωές μας, πολλοί απασχολούνται με διανοητικά ερωτήματα. Αλλά φτάνουμε στο σημείο να διαπιστώσουμε ότι το μυαλό ποτέ δε θα σταματήσει να έχει τις ανησυχίες του. Πρέπει να διακρίνουμε ποια ερωτήματα θα βοηθήσουν την πνευματική μας πρόοδο και ποια απλώς θα ικανοποιήσουν την περιέργεια του νου μας. Υπάρχουν χιλιάδες σελίδες γραμμένες σε όλες τις θρησκείες πάνω στη θεωρητική πλευρά του μυστικισμού. Αν αρχίζαμε να δια-

βάζουμε όλες εκείνες τις σελίδες τώρα, ίσως ποτέ να μην τις τελειώναμε, στο σύντομο χρονικό διάστημα της ζωής μας.

Άνθρωποι που είναι βυθισμένοι στη θεωρητική πλευρά της θρησκείας μπορούν να ξοδέψουν χρόνια, εξετάζοντας κάθε σημείο που βρίσκουν στις πνευματικές Γραφές και ποτέ να μην καταλήξουν σε καμία απάντηση. Σε αυτό το περιορισμένο χρόνο που έχουμε, είναι πολύ καλύτερα να αφιερώσουμε χρόνο στις πνευματικές μας ασκήσεις, ώστε να μπορέσουμε να υψωθούμε πάνω από την περιορισμένη μας διάνοια και να έλθουμε σε επαφή με την ψυχή μας. Τότε, δε θα χρειάζεται να αναρωτιόμαστε για τις απαντήσεις, γιατί θα τις γνωρίζουμε με βεβαιότητα από πρώτο χέρι. Θα τις βιώνουμε εμείς οι ίδιοι. Η ψυχή μας κατέχει όλες τις απαντήσεις, γιατί η ψυχή μας είναι ένα με τον Κύριο.

Ας μη σπαταλούμε, λοιπόν, τον πολύτιμο χρόνο του διαλογισμού μας σκεφτόμενοι την περιπλοκότητα του σύμπαντος. Αντίθετα, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε αυτόν το χρόνο, για να κρατήσουμε το μυαλό μας ακίνητο, ώστε η ψυχή μας να μπορεί να έρχεται σε επαφή με το "Εσωτερικό Φως". Με την απορρόφησή μας σε αυτό το Φως, η ψυχή θα αφυπνιστεί στις αλήθειες που βρίσκονται Εσωτερικά. Θα ανοίξει, για να δεχτεί την κρυμμένη σοφία μέσα μας. Τότε, δε θα υπάρχει πλέον ανάγκη για ερωτήσεις, γιατί θα έχουμε προσωπική εμπειρία των Εσωτερικών αληθειών.

Αν νιώθουμε ότι υπάρχει κάποιο σημείο που εμποδίζει το Εσωτερικό μας ταξίδι ή ενοχλεί το νου τόσο πολύ, που δεν μπορούμε να διαλογιστούμε και με κάθε ειλικρίνεια χρειαζόμαστε μια λύση, τότε πρέπει αυτό το εμπόδιο να το υπερβούμε. Να το επιλύσουμε. Αλλά, αν απλώς προσπαθούμε να ικανοποιήσουμε την περιέργειά μας, σαν να ήταν ένα σπορ ή χόμπι, τότε σπαταλάμε το χρόνο που θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί καλύτερα με το να βυθιζόμαστε Εσωτερικά και να παίρνουμε τις απαντήσεις μας από την ψυχή μας.

Όταν καθόμαστε σε διαλογισμό, αναζητούμε την Εσωτερική σοφία. Ας καθίσουμε, λοιπόν, σε τέλεια ακινησία, με το

μυαλό ήρεμο και σιωπηλό και τότε θα δούμε ότι δε θα λάβουμε μόνο πνευματική φώτιση για να ικανοποιήσουμε την ψυχή μας, αλλά ως υποπροϊόν θα γνωρίσουμε και όλα όσα υπάρχουν και έτσι θα ικανοποιήσουμε και το νου μας.



Πνευματική εξάσκηση

Το καλύτερο έδαφος για την ψυχή

Βαθιά μέσα μας είναι η ψυχή μας, γεμάτη με Φως, Αγάπη και ειρήνη. Ωστόσο, τα πέπλα του νου, της ύλης και της ψευδαίσθησης καλύπτουν και κρύβουν την ψυχή μας. Ενώ η ψυχή μας θέλει να απολαύσει την έμφυτη κατάσταση Αγάπης και μακαριότητας στην οποία βρίσκεται, εμποδίζεται από την απεριόριστη ανάγκη του νου να ικανοποιήσει τις επιθυμίες του. Ο νους (manas) ευχαριστιέται από τις απολαύσεις του κόσμου, που όμως είναι παροδικές και σύντομα μπορεί να μας τις πάρουν, μπορεί να καταστραφούν ή να χαθούν. Ο νους μας, επίσης, περνά από απίστευτο πόνο και βάσανα. Έτσι, η ζωή μας είναι σαν τα "αλογάκια" στο λούνα πάρκ που ανεβοκατεβαίνουν και εμείς βιώνουμε τη συνεχή εναλλαγή του πόνου και της χαράς.

Αν μπορούσαμε να ταυτιστούμε με την ψυχή μας, θα βρισκόμασταν σε μια συνεχή ευτυχία και ειρήνη. Φωτισμένα όντα που έχουν πραγματώσει την ψυχή τους, εύχονται και οι άλλοι να βιώσουν την ίδια λαμπρότητα Εσωτερικά μέσα από το διαλογισμό τους. Απο Αγάπη για την ανθρωπότητα και λόγω της επιθυμίας να σταματήσουν τα βάσανα του ανθρώπου, προσπαθούν να διδάξουν τους άλλους πώς να βρουν την ψυχή τους!

Ο Βούδας ήταν ένας από τους πιο σπουδαίους πνευματικούς διδασκάλους του κόσμου. Δίδαξε στον κόσμο έναν τρόπο για να φτάνουν οι άνθρωποι στη φώτιση. Κάποτε, του έθεσαν μία ερώτηση που η απάντησή της μας δίνει μια καθοδήγηση

για το πώς μπορούμε να αξιοποιήσουμε τη σοφία των αγίων και των μυστών.

Μια μέρα ένας προεστός ενός χωριού πλησίασε το Βούδα και τον ρώτησε: «*Κύριε, είναι ένας Βούδας το ίδιο φιλεύσπλαχνος με όλα τα δημιουργήματα;*»

Ο Βούδας απάντησε:

«*Ναι*».

Ο άνθρωπος συνέχισε:

«Ο Βούδας δίνει τις διδασκαλίες του με τον ίδιο τρόπο σε όλους ή σε κάποιους ανθρώπους δίνει περισσότερες διδασκαλίες και άλλους τους διδάσκει με διαφορετικό τρόπο, δίνοντάς τους λιγότερες;»

Για να απαντήσει σε αυτό, ο Βούδας έκανε την πιο κάτω παρομοίωση:

«Ας συγκρίνουμε τις διδασκαλίες μου με την κατάσταση ενός αγρότη. Ας υποθέσουμε ότι ο αγρότης έχει τρία διαφορετικά χωράφια. Το έδαφος στο ένα χωράφι είναι εκλεκτό, εξαιρετικά εύφορο και πλούσιο. Το δεύτερο χωράφι έχει μέτριας ποιότητας χώμα. Το τρίτο είναι φτωχό, γιατί έχει πετρώδες έδαφος στο οποίο δεν μπορούν να αναπτυχθούν επαρκώς τα φυτά. Ας υποθέσουμε, επίσης, ότι ο γεωργός θέλει να σπείρει, για να εξασφαλίσει το φαγητό του. Σε ποιον αγρό νομίζετε ότι θα έσπερνε;»

Ο προεστός του χωριού απάντησε:

«Πρώτα, θα έσπερνε στο χωράφι με το καλύτερο έδαφος. Μετά, θα συνέχιζε να σπέρνει τους υπόλοιπους σπόρους στο χωράφι με το μέτριο χώμα και ίσως να έσπερνε ή ίσως να μην έσπερνε καθόλου το χωράφι με το φτωχό χώμα. Αντί να σπαταλήσει το σπόρο, ίσως να τον χρησιμοποιούσε για να ταΐσει τα ζώα του».

Ο Βούδας εξήγησε:

«Το ίδιο συμβαίνει και με τα πνευματικά διδάγματα. Οι μαθητές που σκοπεύουν να γίνουν μοναχοί, που αναζητούν την αλήθεια, είναι όπως το εξαίρετο έδαφος. Αυτοί οι άνθρωποι λαμβάνουν το πλήρες όφελος και ολόκληρη την δι-

δασκαλία. Μαθαίνουν την πλήρη άσκηση και το δρόμο προς τη φώτιση. Αυτοί οι μαθητές είναι που έρχονται σε εμένα για το Φως, για κατάλυμα και για καταφύγιο. Έτσι, τους δίνω "όλα" τα διδάγματα, γιατί αυτό είναι που ζητούν».

Ο Βούδας πρόσθεσε:

«Οι κοσμικοί άνθρωποι είναι σαν το χωράφι μέτριας ποιότητας. Είναι, επίσης, μαθητές, αλλά δε θέλουν να δεσμεύσουν όλη τους τη ζωή στα διδάγματα, όπως κάνουν οι μοναχοί. Στους κοσμικούς αυτούς ανθρώπους δίνω, επίσης, τα πνευματικά διδάγματα στο "σύνολό τους". Και αυτοί ήλθαν σε εμένα για Φως, προστασία και καταφύγιο. Τέλος, οι άνθρωποι που δεν επιθυμούν να ακολουθήσουν τα πνευματικά διδάγματα είναι όπως το φτωχό έδαφος. Απασχολούνται με άλλες δραστηριότητες στη ζωή. Ωστόσο, και σε αυτούς τους ανθρώπους δίνω, επίσης, τα πνευματικά διδάγματα με "γενικότητες"».

Μετά από αυτά τα λόγια, ο άνθρωπος του χωριού ταράχτηκε και είπε στο Βούδα:

«Γιατί δίνεις τα διδάγματά σου ακόμη και σε αυτούς που δεν είναι έτοιμοι να τα ακούσουν; Δεν είναι χάσιμο χρόνου;»

Σε αυτό ο Βούδας απάντησε:

«Αν κάποια μέρα καταλάβουν έστω και μια πρόταση των διδαγμάτων και τη βάλουν στην καρδιά τους, αυτό θα τους δώσει ευτυχία και ευλογίες για πολύ καιρό».

Έτσι, ο προεστός του χωριού κατάλαβε ότι ο Βούδας είχε έρθει για να δώσει τα διδάγματά του σε όλο τον κόσμο, ανάλογα με τις ανάγκες τους, είτε ήταν, είτε δεν ήταν έτοιμοι όλοι για αυτά, διότι κάποια μέρα όλοι θα είναι έτοιμοι να δεχθούν πνευματικά διδάγματα και να ακολουθήσουν το δρόμο του Θεού.

Και εμείς, επίσης, μπορούμε να μάθουμε πολλά από αυτό το διήγημα. Επιθυμούμε να είμαστε σαν την εύφορη γη, τη μέτρια γη ή τη φτωχή γη; Η ψυχή μάς εκλιπαρεί να προετοιμάσουμε το έδαφος για την ανάπτυξή της. Η ψυχή επιθυμεί να γίνουμε όπως το εξαιρετικό έδαφος, έτσι ώστε να μεγαλώσει

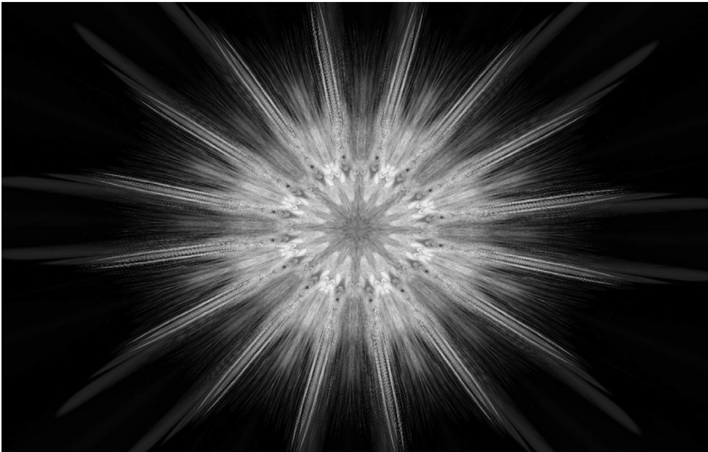
και να γίνει ένα καρποφόρο δέντρο, δίνοντας σκιά και φρούτα σε όλους. Η ψυχή λαχταρά να την αναγνωρίσουμε, αλλά αυτό προϋποθέτει την αδρανοποίηση του νου, ώστε απελευθερωμένη να μπορέσει να βιώσει τη δική της μεγάλη δύναμη και δόξα. Η ψυχή βρίσκεται σε αγωνία και περιμένει να προετοιμάσουμε το έδαφος. Πονά, όταν το χώμα μας είναι τόσο φτωχό και οι σπόροι της σοφίας που σκορπίζονται από τους αγίους δεν μπορούν να καρποφορήσουν εκεί.

Οι στοργικοί και συμπονετικοί άγιοι και μύστες απλώνουν σπόρους αλήθειας, Φωτός και Αγάπης παντού γύρω μας. Είναι το έδαφος στο χωράφι μας έτοιμο για να αναπτύξει τους σπόρους ή οι σπόροι θα σπαρθούν άδικα;

Μπορούμε να προετοιμάσουμε το έδαφος, ώστε όλα τα διδάγματα να μπορούν να σπαρθούν μέσα μας και να μπορέσουμε να επιτύχουμε τη φώτιση. Το έδαφος μπορεί να προετοιμασθεί με το να ασκούμαστε καθημερινά στο διαλογισμό, κατά τη διάρκεια του οποίου ο νους μας παραμένει ακίνητος και γίνεται δεκτικός στο Εσωτερικό Φως. Μπορούμε να διάγουμε μια ζωή ηρεμίας και χαράς, ελεύθεροι από τις επιθυμίες που μας κάνουν να παραστρατούμε από το μονοπάτι των ηθικών αξιών. Οι επιθυμίες οδηγούν στο θυμό, τη λαγνεία, την απληστία, την προσκόλληση και το εγώ. Αυτοί οι πέντε κλέφτες διαταράσσουν την Εσωτερική μας ειρήνη και είναι τροχοπέδη στο διαλογισμό μας. Κρατούν πάντα το νου μας ταραγμένο και ανήσυχο. Μειώνοντας τις επιθυμίες μας, αυξάνουμε τη γονιμότητα του χωραφιού, για να δεχτεί τα πνευματικά δώρα Εσωτερικά. Διάγοντας μια ζωή Αγάπης και προσφοράς, καθαρίζουμε το χωράφι μας από τα ζιζάνια και κάνουμε τη γη μας έτοιμη να δεχτεί τα οπωροφόρα δέντρα που παράγουν ωραίους καρπούς και που δίνουν ζωή. Καρπούς τους οποίους όλοι μπορούν να απολαύσουν.

Όταν καθόμαστε σε διαλογισμό, καλλιεργούμε ένα χωράφι και αυτό γίνεται άριστο. Προετοιμάζουμε το έδαφος, ώστε η ψυχή να ανθοφορήσει. Το τελειότερο έδαφος για την ψυχή είναι εκείνο που ξεχειλίζει από Αγάπη, ταπεινότητα, φιλαλήθεια,

αγνότητα και ανιδιοτέλεια και αναπτύσσεται με την άσκηση του διαλογισμού στο Εσωτερικό Φως. Σε τέτοιο έδαφος, η σοφία των αγίων θα καρποφορήσει στο μέγιστο και τότε και εμείς θα μπορέσουμε να λάβουμε τη φώτιση.



Πνευματικό Φως

Φέρνοντας φως στο σκοτάδι

Στη ζωή, ερχόμαστε αντιμέτωποι με πολυάριθμες προκλήσεις. Ίσως να έχουμε αρρώστιες, οικονομικές δυσκολίες, προβλήματα σχέσεων ή απώλεια της καλής μας φήμης. Ίσως να αντιμετωπίσουμε κάποιες σκοτεινές χρονικές περιόδους, αλλά δε χρειάζεται να τυφλωθούμε από το σκοτάδι. Η ακόλουθη ιστορία έχει ένα διδακτικό μήνυμα, για να μας βοηθήσει να αντιμετωπίζουμε τις δύσκολες περιόδους της ζωής μας.

Υπήρχε κάποτε μια σπηλιά που βρισκόταν κάτω από το έδαφος, όπως είναι οι περισσότερες σπηλιές. Είχε περάσει τη μέχρι τότε ζωή της στο σκοτάδι, δεν είχε δει ποτέ έστω και λίγο φως. Κάποια μέρα, μια φωνή μίλησε στη σπηλιά και της είπε:

«Έλα επάνω στο φως. Έλα και απόλαυσε το φως του ήλιου».

Η σπηλιά απάντησε:

«Δεν ξέρω τι εννοείς λέγοντας φως. Το μόνο που γνωρίζω είναι το σκοτάδι».

«Έλα και δες από μόνη σου», είπε η φωνή.

Η σπηλιά επιστράτευσε όλο της το θάρρος και σκαρφάλωσε αργά πάνω από τα βάθη της γης. Ξαφνικά, έφτασε στην επιφάνεια της γης και τυλίχτηκε από υπέροχο φως, που όμοιό του η σπηλιά δεν είχε δει ποτέ στη ζωή της.

«*Αυτό είναι πολύ όμορφο*», είπε η σπηλιά.

Αφού απόλαυσε το φως για λίγο, η σπηλιά είπε στο φως του ήλιου:

«*Τώρα είναι η σειρά σου να έρθεις μαζί μου και να δεις*

το σκοτάδι».

«*Τι είναι σκοτάδι;*» ρώτησε το φως του ήλιου.

Η σπηλιά απάντησε:

«Έλα και δες μόνο σου».

Κάποια μέρα, το ηλιόφως αποφάσισε να επισκεφθεί το σπίτι της σπηλιάς. Καθώς το φως του ήλιου έμπαινε μέσα στη σπηλιά, είπε: «*Δείξε μου το σκοτάδι σου*». Αλλά με το φως να βρίσκεται εκεί, δεν μπορούσε να υπάρξει καθόλου σκοτάδι.

Αυτό που μας δείχνει αυτή η ιστορία είναι η δύναμη του φωτός. Όπου υπάρχει φως, δεν μπορεί να υπάρξει σκοτάδι. Όποτε νιώθουμε ότι είμαστε σε μια σκοτεινή περίοδο της ζωής μας, χρειάζεται μόνο να αντλήσουμε από το Φως της ψυχής μας. Είμαστε Φως. Η ψυχή μας είναι Φως. Η αληθινή μας φύση είναι το Φως. Αν μόνο ταυτιζόμασταν με την αληθινή μας φύση, θα βλέπαμε ότι δεν υπάρχει καθόλου σκοτάδι. Αν προβάλλαμε την Εσωτερική μας καλοσύνη και το Φως στην καθημερινότητά μας, δε θα καταβαλλόμασταν ποτέ ξανά από τη σκοτεινιά του βίου μας.

Όλοι μας έχουμε μέσα μας το Φως της ψυχής μας, το οποίο έχει περιγραφεί από τους αγίους πως είναι τόσο δυνατό, όσο το φως δεκαέξι εξωτερικών ήλιων. Αλλά δεν είμαστε ενήμεροι για αυτό, διότι ταυτίζουμε τους εαυτούς μας με τον εξωτερικό κόσμο του σκοταδιού και της ψευδαίσθησης. Αν εσωστρέφαμε την προσοχή μας Εσωτερικά μέσω του διαλογισμού, θα ανακαλύπταμε ότι είμαστε Φως. Τότε, όποτε οι σκοτεινές περίοδοι της ζωής απειλούν να μας γονατίσουν, θα μπορούσαμε να εσωστραφούμε, να βρούμε το Φως Εσωτερικά και να το φέρουμε ενώπιον του σκοταδιού να το διαλύσει.

Όποτε είμαστε αντιμέτωποι με αρρώστια, οικονομικά προβλήματα, ατίμωση ή απώλεια, μπορούμε να θυμόμαστε ότι αυτά δεν είναι παρά περαστικά σύννεφα στο λαμπρό ηλιόλουστο ουρανό. Η αληθινή μας πραγματικότητα είναι το Φως και η Αγάπη. Όταν ταυτιζόμαστε με τις παροδικές ψευδαισθήσεις αυτού του κόσμου, νιώθουμε πόνο. Αλλά όταν συνειδητοποιήσουμε ότι τα εξωτερικά συμβάντα δεν είναι παρά μια ονειρική

κατάσταση, μια περαστική προσωρινή παράσταση που δεν είναι μόνιμη αλλά παροδική, τότε μπορούμε να υψωθούμε πάνω από τον πόνο και την απογοήτευση. Όταν βρίκουμε θλίψη στη ζωή μας, ας παραμένουμε σε μια εσωτερική γαλήνη. Όταν συναντήσουμε ατυχία, ας μετρήσουμε τις πολυάριθμες φορές που βιώσαμε καλή τύχη. Όταν αποτυγχάνουμε, ας εκλάβουμε την αποτυχία ως μια ευκαιρία να μάθουμε από τα λάθη μας και να προσπαθήσουμε ξανά. Όταν βρίσκουμε τους εαυτούς μας στο σκοτάδι, ας κλείσουμε τα μάτια μας και ας εστιαστούμε Εσωτερικά, μέχρι να δούμε Φως. Αυτό το Φως θα φέρει μαζί του ειρήνη, χαρά και αγάπη. Θα μας ανακουφίσει και θα μας δώσει δύναμη να συνεχίσουμε. Αυτό το Φως είναι το Φως του Θεού. Αν φέρουμε αυτό το Φως στη ζωή μας, τότε και εμείς, όπως η σπηλιά της ιστορίας, θα δούμε πως δε θα υπάρχει πια σκοτάδι.

Αν καθίσουμε σε διαλογισμό, μπορούμε να βιώσουμε το Φως που μας περιμένει μέσα μας. Ας μην αποσπαστεί η προσοχή μας από τη σκοτεινιά των σκέψεων, αλλά αντίθετα ας καθίσουμε σε ακινησία και ας περιμένουμε με αγάπη τον Θεό να λάμψει το Φως Του επάνω σε εμάς.

Δες ο ίδιος προσωπικά

Η θεωρία σε αντίθεση με την πράξη

Κάποτε ο σπουδαίος συγγραφέας Μαρκ Τουέιν είχε μια συζήτηση με έναν επιχειρηματία, που ήταν πολύ γνωστός για την επιθετικότητά του και την σκληρότητά του στις συναλλαγές του με τους άλλους.

Ο επιχειρηματίας είπε στο συγγραφέα: «*Πριν πεθάνω, θα ήθελα να κάνω ένα προσκύνημα στην Ιερή Γη και να ανέβω στην κορυφή του Όρους Σινά, και να διαβάσω δυνατά τις Δέκα Εντολές*».

Ο Μαρκ Τουέιν του απάντησε: «*Έχω μια καλύτερη ιδέα. Από το να πας στο Όρος Σινά που δόθηκαν οι Δέκα Εντολές του Μωυσή, γιατί δε μένεις απλώς στο σπίτι σου, εδώ στη Βοστόνη, και να εφαρμόσεις τις Δέκα Εντολές στη ζωή σου;*»

Αυτό το χιουμοριστικό επεισόδιο φέρνει ένα σημαντικό μύνημα. Πολλοί από εμάς διαβάζουμε τις Εντολές ή τις συμβουλές που δίνονται από τους μεγάλους αγίους στις Γραφές. Πολλοί από εμάς είμαστε ευτυχισμένοι με το να κάνουμε κήρυγμα των όσων είναι γραμμένα στα ιερά μας βιβλία. Αλλά πόσοι από εμάς ζούμε σύμφωνα με τα διδάγματα που διδάσκουμε;

Υπάρχει μεγάλη διαφορά ανάμεσα στο να ξέρουμε τη θεωρία και στο να την εφαρμόζουμε στη ζωή μας. Δεν είναι αρκετό να διαβάζουμε βιβλία ή τις Γραφές και να γνωρίζουμε τη θεωρία. Χρειάζεται να ζούμε τη ζωή μας σύμφωνα με τις ηθικές αρχές. Αν μάθουμε μια μέθοδο διαλογισμού και τις οδηγίες για πνευματική πρόοδο, αυτό δεν είναι αρκετό· πρέπει να εξασκη-

θούμε και στην πράξη.

Η αληθινή ουσία των πνευματικών διδαγμάτων είναι στην εφαρμογή. Δεν είναι αρκετό να γνωρίζουμε τι έχουν πει άλλοι για αυτά. Είναι ουσιώδες και απαραίτητο να έχουμε τη δική μας από πρώτο χέρι εμπειρία της πνευματικότητας και αυτό μπορεί να πραγματοποιηθεί, μόνον όταν καθόμαστε σε διαλογισμό.

Η πρόοδος είναι θέμα ακρίβειας. Μπορούμε να γίνουμε ακριβείς μόνο με την εξάσκηση. Η εξάσκηση μας κάνει τέλειους. Αν νομίζουμε πως θα καθίσουμε σε διαλογισμό μια φορά ή δύο φορές στη ζωή μας και έτσι θα επιτύχουμε πνευματική πρόοδο, τότε δεν είμαστε ρεαλιστές. Πρέπει να εξασκούμαστε καθημερινά. Λέγεται ότι αν κάνουμε ένα βήμα προς τον Θεό, ο Θεός θα κάνει εκατό βήματα προς εμάς. Η ώρα που αφιερώνουμε σε διαλογισμό θα επιβραβευθεί πλουσιοπάροχα.

Αντί απλώς να διαβάζουμε τις Δέκα Εντολές, ας ζήσουμε σύμφωνα με αυτές. Αν κάνουμε το διαλογισμό μας και διάγουμε ηθική ζωή, τηρώντας τις αρετές της μη βιαιότητας, της ειλικρίνειας, της αγνότητας, της ταπεινότητας, της ανιδιοτελούς προσφοράς και της Αγάπης για όλους, θα ευλογηθούμε με Εσωτερική όραση. Θα βιώσουμε προσωπικά την απόδειξη της ύπαρξης της ψυχής μας και του Θεού.



Νους και ψυχή

Ο πιο δυνατός εχθρός

Την εποχή του Γκουρού Γκόμπινγκ Σινγκ, υπήρχε ένας σπουδαίος Ρίσι που εγκατέλειψε τα πάντα και πήγε στο δάσος, προκειμένου να διαλογίζεται απερίσπατος. Την ίδια εποχή υπήρχε και ένας παντοδύναμος βασιλιάς, ο οποίος είχε κατακτήσει πολλές περιοχές με τους κατοίκους τους. Ο βασιλιάς αυτός άκουσε για το Ρίσι και στη συνέχεια, έμαθε ότι και ο Ρίσι κάποτε ήταν ένας βασιλιάς που εγκατέλειψε το βασίλειό του, για να αφιερωθεί στην πνευματική ζωή. Αποφάσισε, λοιπόν, να τον φέρει κοντά του και να τον αναγκάσει έστω και με τη βία να μείνει υπό από τις διαταγές του για να τον υπηρετεί. Πήρε, λοιπόν, πολλούς στρατιώτες μαζί του και ξεκίνησε να βρει το Ρίσι στο δάσος όπου εμόναζε.

Μετά από λίγες μέρες, οι στρατιώτες βρήκαν τον Ρίσι που καθόταν κάτω από τα δέντρα του δάσους και βρισκόταν σε βαθύ διαλογισμό.

Στην αρχή, ο βασιλιάς τον περίμενε να βγει από το διαλογισμό, αλλά καθώς ο Ρίσι αργούσε, ο βασιλιάς θύμωσε και πιάνοντάς τον από τα ρούχα, τον ταρακούνησε λέγοντάς του: «*Προετοιμάσου για μάχη. Έχω έρθει να αναμετρηθώ μαζί σου*».

Ο Ρίσι γύρισε κι είδε τους στρατιώτες και ήρεμος λέει του βασιλιά: «*Μάχη! Εγώ το έσκασα από την εγκόσμια ζωή από φόβο για το μοναδικό μεγάλο μου εχθρό. Ήρθα εδώ να κρυφτώ στα δάση, για να αποφύγω αυτό τον εχθρό που κάνει τη ψυχή μου να τρέμει από φόβο. Ακόμα και όταν ακούω το*

όνομά του, η καρδιά μου ριγεί και εσύ μου μιλάς για άλλη μάχη;» Ο βασιλιάς άκουγε προσεκτικά, καθώς ο Ρίσι συνέχιζε να περιγράφει τον τρομερό εχθρό του. Τελικά, ο βασιλιάς θύμωσε και του φώναξε:

«Είναι ο εχθρός σου πιο δυνατός και τον φοβάσαι περισσότερο από εμένα;»

Ο Ρίσι απάντησε: *«Ακόμη και η σκέψη του εχθρού αυτού τρομάζει την ψυχή μου. Εγκατέλειψα τα πάντα, για να αποφύγω αυτό τον εχθρό».*

Ο βασιλιάς είπε: *«Πες μου το όνομα του εχθρού σου».*

Ο Ρίσι απάντησε: *«Δεν υπάρχει λόγος να σου πω ποιος είναι, γιατί ποτέ δε θα γίνεις ικανός να τον κατακτήσεις».*

Ο βασιλιάς απάντησε: *«Εγώ με όποιον αναμετρήθηκα τον νίκησα και τον κατέκτησα. Λοιπόν, αν δεν μπορέσω να τον κατακτήσω, θα θεωρήσω τον εαυτό μου αποτυχημένο».*

Τότε ο Ρίσι του λέει: *«Αυτός ο σπουδαίος εχθρός για τον οποίο μιλώ είναι ο νους. Μπορείς να νικήσεις το νου σου;»*

Από εκείνη την ημέρα και έπειτα, ο βασιλιάς προσπαθούσε και έκανε τα πάντα, για να νικήσει το νου του. Χρησιμοποίησε όλα τα είδη των τεχνικών, για να αποκτήσει έλεγχο του νου του. Όμως πολλά χρόνια πέρασαν και ακόμη δεν μπορούσε να τον κατακτήσει. Τελικά, ο βασιλιάς αναγκάστηκε να παραδεχθεί ότι είχε αποτύχει και ότι πραγματικά ο νους του ήταν ο πιο ισχυρός εχθρός.

Ο νους είναι πανούργος και θα δοκιμάσει κάθε δυνατό τρόπο, για να αποκτήσει έλεγχο πάνω στην ψυχή. Πολλοί γιόγκις και Ρίσις έχουν προσπαθήσει να αποκτήσουν τον έλεγχο του νου τους, αλλά έχουν αποτύχει. Έτσι, αν τέτοια είναι η μοίρα αυτών που έχουν εγκαταλείψει τον κόσμο, για να κατακτήσουν το νου τους, τότε ποια είναι η πιθανότητα των υπολοίπων από εμάς που βρισκόμαστε και κυκλοφορούμε μέσα στον κόσμο;

Ο νους είναι το εμπόδιο που η ψυχή πρέπει να αντιμετωπίσει, προκειμένου να επιστρέψει στον Θεό. Ο νους είναι σαν ένας τερματοφύλακας που φυλάει το τέρμα. Θα προσπαθήσει

με οποιοδήποτε τρόπο να εμποδίσει την μπάλα να φτάσει στα δίχτυα. Αν ακόμη και οι αφοσιωμένοι Ρίσις δυσκολεύονται να νικήσουν τον νου τους και συχνά αποτυγχάνουν, πώς εμείς μπορούμε να τα καταφέρουμε;

Είναι γεγονός ότι δεν μπορούμε να κατακτήσουμε το νου μόνοι μας. Ο μόνος τρόπος να κατακτήσουμε τον νου και να τον ακινητοποιήσουμε είναι με τη βοήθεια κάποιου που ο ίδιος έχει κατακτήσει τον νου του. Τέτοια φωτισμένα όντα μας δίνουν μια ώθηση για την επαφή με το Φως και τον Ήχο Εσωτερικά. Το Φως και ο Ήχος βοηθούν να ανυψωθεί η ψυχή μας πάνω από το επίπεδο του νου και έτσι να φθάσει στον προορισμό της.

Ο Ρίσι ομολόγησε ότι αν και έκανε τις πνευματικές του ασκήσεις μόνος στη ζούγκλα, είχε το φόβο του νου του και η απομόνωση δεν τον είχε βοηθήσει να τον νικήσει.

Ο νους γνωρίζει ότι η επαφή με την ψυχή τον καθιστά ακίνδυνο. Έτσι, ψάχνει να βρει όλων των ειδών τις δικαιολογίες, για να μας εμποδίσει να κάνουμε διαλογισμό. Θα μας κάνει να σκεφτούμε το παρελθόν. Θα μας κάνει να σκεφτούμε το μέλλον. Θα μας κάνει να κινούμαστε, αντί να καθόμαστε ακίνητοι. Θα μας κάνει να νιώθουμε νυσταγμένοι, μόλις καθίσουμε για διαλογισμό. Θα μας κάνει να νιώθουμε πεινασμένοι. Θα μας κάνει να νιώθουμε ζήλια. Θα μας κάνει να νιώθουμε κατάθλιψη. Θα μας κάνει να νιώθουμε πως προτιμούμε να κάνουμε κάποια άλλη δουλειά αντί για διαλογισμό. Θα βρει ένα εκατομμύριο δικαιολογίες.

Πώς υπερνικούμε τις ροπές του νου που μας αποσπούν από τις πνευματικές μας ασκήσεις; Πρέπει να χρησιμοποιήσουμε τη ροπή του νου, για να αποκτά θετικές συνήθειες. Του νου του αρέσουν οι συνήθειες. Αν πούμε στο νου μας ότι χρειαζόμαστε να καθόμαστε για διαλογισμό κάθε μέρα την ίδια ώρα και στο ίδιο μέρος, μετά από λίγο καιρό θα δημιουργηθεί μια συνήθεια και σύντομα, θα δούμε τους εαυτούς μας να ωθούνται από αυτή τη συνήθεια και να κάθονται για διαλογισμό κάθε μέρα την ίδια ώρα. Αν παραλείψουμε μια μέρα να

κάνουμε διαλογισμό, θα αρχίσουμε να νιώθουμε ότι κάτι δεν έχει πάει καλά. Έτσι, σύντομα, θα δούμε τους εαυτούς μας να διαλογίζονται τακτικά.

Όταν μάθουμε να συγκεντρωνόμαστε πλήρως, ολοκληρωτικά και αποκλειστικά στο Φως και στον Ήχο, θα βιώσουμε μακαριότητα, ειρήνη και χαρά. Θα θέλουμε να επαναλαμβάνουμε το διαλογισμό ξανά και ξανά, χάρη στις υπέροχες εμπειρίες που θα απολαμβάνουμε.



Αποστασιοποίηση και μη-προσκόλληση

Αποστασιοποίηση

Κάποια μέρα ένας πλούσιος άντρας πήγε στον Βούδα και του είπε: *«Βλέπω ότι είσαι ο "Αφυπνισμένος". Έρχομαι λοιπόν σε σένα για μερικές συμβουλές».* Ο Βούδας ζήτησε από τον πλούσιο άνδρα να μοιραστεί αυτό που είχε στο νου του και του είπε ότι θα προσπαθούσε να τον βοηθήσει.

Ο πλούσιος άντρας συνέχισε: *«Η ζωή μου είναι εστιασμένη στη δουλειά μου. Έχω κάνει πολλά χρήματα και ο νους μου είναι γεμάτος με έγνοιες. Πολλοί άνθρωποι δουλεύουν για εμένα και εγώ είμαι υπεύθυνος γι' αυτούς. Πολλοί εξαρτώνται από εμένα για την ευτυχία τους στη ζωή. Εγώ, πάλι, απολαμβάνω την εργασία μου και μου αρέσει να δουλεύω σκληρά. Όμως, όταν συνάντησα τους μαθητές σου, μου μίλησαν για τη σημασία του να ζει κανείς τη ζωή ενός ερημίτη. Επίσης, έχω μάθει ότι εσύ ήσουν γιος και κληρονόμος ενός βασιλιά και ζούσες μέσα στα πλούτη και τη μεγαλοπρέπεια και ότι τα εγκατέλειψες, για να περιπλανιέσαι άστεγος και φτωχοντυμένος αναζητώντας τη φώτιση. Θέλω να ξέρω αν πρέπει να κάνω και εγώ το ίδιο και να εγκαταλείψω τα πλούτη μου. Θέλω να κάνω το σωστό και να γίνω χρήσιμος στους ανθρώπους μου. Νομίζεις ότι πρέπει να εγκαταλείψω όλα όσα υπάρχοντα έχω, για να βρω την αλήθεια;»*

Ο φιλεύσπλαχνος Βούδας του απάντησε: *«Ο καθένας μπορεί να λάβει την ευλογία της μακαριότητας και να βρει*

την αλήθεια, αρκεί αυτός ή αυτή να ακολουθούν το μονοπάτι της ανιδιοτέλειας. Αν πρόκειται να μείνεις προσκολλημένος στα πλούτη σου, τότε είναι καλύτερα να τα πετάξεις μακριά, από το να επιτρέψεις να σου δηλητηριάσουν την καρδιά. Αλλά αν δεν είσαι προσκολλημένος σε αυτά και κάνεις σοφή χρήση αυτών των χρημάτων, τότε θα είσαι μια ευλογία για τους ανθρώπους. Δεν είναι τα πλούτη και η δύναμη που κάνουν τους ανθρώπους σκλάβους, αλλά είναι η ***προσκόλληση*** *στον πλούτο και την εξουσία που κάνει τους ανθρώπους σκλάβους».*

Ο Βούδας του εξήγησε ότι σύμφωνα με τα διδάγματά του δε χρειάζεται να μείνει κανείς άστεγος ή να εγκαταλείψει τον κόσμο, εκτός αν ο ίδιος το επιθυμεί. Εξήγησε ότι κατά τη διδασκαλία του οι άνθρωποι πρέπει να ελευθερωθούν από την ψευδαίσθηση πως το σώμα ή και αυτός ο κόσμος που ζούνε είναι το μόνιμο και αληθινό τους σπίτι. Εξήγησε, ακόμα, ότι με τα διδάγματά του ζητούσε από τους ανθρώπους να διάγουν μια ηθική ζωή.

«Αλλά», εξήγησε ο Βούδας, *«οτιδήποτε κάνουν οι άνθρωποι, είτε μέσα στον κόσμο είτε ως ερημίτες, πρέπει να το κάνουν με όλη τους την αγάπη γι᾽ αυτό. Οι άνθρωποι πρέπει να αφοσιώνονται σε οτιδήποτε κάνουν με όλη τους την ενέργεια κι αν έχουν δυσκολίες, πρέπει να τις αντιμετωπίζουν χωρίς μίσος ή κακία. Οι άνθρωποι πρέπει να ζουν μια ζωή όχι εγωισμού αλλά αλήθειας και τότε, η μακαριότητα θα γεμίσει την ψυχή τους».*

Αυτές οι λέξεις που ειπώθηκαν χιλιάδες χρόνια πριν είναι τόσο αληθινές σήμερα, όσο ήταν και τότε. Η μη προσκόλληση δε σημαίνει ότι πρέπει να εγκαταλείψουμε τα σπίτια μας, τον πλούτο μας, τις οικογένειές μας και ό,τι έχουμε λάβει στη ζωή. Χρειάζεται να εγκαταλείψουμε την προσκόλληση σε αυτά τα πράγματα. Σε οποιαδήποτε κατάσταση βρισκόμαστε κάθε φορά στη ζωή, αυτή έχει έρθει σε εμάς εξαιτίας του κάρμα. Μερικοί γεννιούνται πλούσιοι και άλλοι γεννιούνται φτωχοί. Μερικοί κερδίζουν χρήματα στη ζωή και άλλοι χάνουν χρή-

ματα στη ζωή. Αυτό που είναι σημαντικό είναι να μην είμαστε προσκολλημένοι στην εξωτερική μας κατάσταση. Αν είμαστε φτωχοί, δεν πρέπει να καταριόμαστε τον Θεό κι αν είμαστε πλούσιοι, δεν πρέπει να καμαρώνουμε. Οι συνθήκες μέσα στις οποίες ζούμε είναι σαν μια κούπα που μας έχει προσφερθεί γεμάτη ή μισογεμάτη. Μέσα σε αυτές τις συνθήκες που ζούμε, μπορούμε να αναλάβουμε τις ευθύνες μας στην οικογένειά μας και στην κοινότητα. Για αυτό, ίσως πρέπει να εργαστούμε σκληρά. Αλλά όμως δεν πρέπει να προσκολλιόμαστε. Η μόνη προσκόλλησή μας πρέπει να είναι στον Θεό. Η προσοχή μας πρέπει να είναι στο να διασφαλίσουμε ότι η ψυχή μας θα επιτύχει την επικοινωνία και την ένωσή της με τον Θεό. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί είτε είμαστε πλούσιοι, είτε παραμείνουμε σε όλη μας τη ζωή φτωχοί.

Εκείνοι που είναι ευλογημένοι με τον πλούτο πρέπει να κάνουν την καλύτερη χρήση του με το να φροντίζουν για τις ανάγκες της οικογένειάς τους και μετά, να μοιράζονται τον πλούτο τους με τους άλλους. Δε χρειάζεται να εγκαταλείψουμε τα πάντα. Μπορούμε να ζούμε στον κόσμο, κάνοντας το καλύτερο που μπορούμε και αυτό είναι να κρατήσουμε την προσοχή μας και τη συγκέντρωσή μας στο δρόμο που οδηγεί στον Θεό. Οι καρδιές μας θα πρέπει και μπορούν να αναπτύξουν την αγνότητα και την ανιδιοτελή προσφορά, καθώς και τη διάθεση τού να μοιραζόμαστε το καθετί με τους άλλους.

Δεν χρειάζεται να είμαστε προσκολλημένοι στην εξωτερική μας κατάσταση. Μπορούμε να δουλεύουμε για τα προς το ζην ενώ παράλληλα να εργαζόμαστε και για να αναπτυχθούμε πνευματικά. Αν είμαστε ευλογημένοι με πλούτο, δε χρειάζεται να τον πετάξουμε, αλλά να τον χρησιμοποιήσουμε για να βοηθήσουμε τους άλλους και εμείς να ωφεληθούμε, έχοντας περισσότερο ελεύθερο χρόνο για να διαλογιστούμε και για να προσφέρουμε ανιδιοτελείς υπηρεσίες.

Το κλειδί είναι να ζούμε στον κόσμο, αλλά να μην είμαστε προσκολλημένοι σε αυτόν.

Κάρμα

Κάρμα και ελεύθερη βούληση

Γύρω στο 300 π.Χ., υπήρχε ένας Έλληνας φιλόσοφος που ονομαζόταν Ζήνων και ζούσε στην Αθήνα. Κάποια μέρα ο φιλόσοφος αυτός έπιασε ένα δούλο του να κλέβει. Αποφάσισε να του δώσει ένα μάθημα, δέρνοντάς τον μέχρι θανάτου γι' αυτή του την πράξη.

Ο δούλος, που φιλοσοφούσε και αυτός, του είπε: «*Ζήνωνα, γιατί με χτυπάς; Ήταν της μοίρας μου να πρέπει να κλέβω*».

Ο φιλόσοφος Ζήνωνας αμέσως του απάντησε: «*Και ήταν, επίσης, ορισμένο από τη μοίρα μου να πρέπει να σε δείρω για το κλέψιμο!*»

Αυτή η ιστορία βάζει σε σκέψεις αυτούς που ενδιαφέρονται να μάθουν πώς λειτουργεί ο Νόμος του κάρμα. Πολλές φορές οι άνθρωποι λένε ότι διέπραξαν ένα αδίκημα εξαιτίας του κάρμα τους και τείνουν να μπερδεύουν το Νόμο του κάρμα με την ελεύθερη βούληση. Οι άγιοι, όμως, μας λένε ότι τα γεγονότα της ζωής μας, οφείλονται κατά 25% σε πράξεις που κάνουμε με την ελεύθερή μας βούληση και κατά 75% οφείλονται σε αντιδράσεις πράξεών μας που έγιναν κατά το εγγύς ή το μακρινό παρελθόν.

Τα γεγονότα που συμβαίνουν στη ζωή μας και είναι ανεξήγητα συνήθως είναι αντιδράσεις από γεγονότα του παρελθόντος. Ένα απροσδόκητο και ανεξήγητο ατύχημα, μια αιφνίδια οικονομική καταστροφή, ένα απρόσμενο οικογενειακό δράμα, ένα απρόβλεπτο συμβάν που δεν εξηγείται, παρά τα προληπτι-

κά μέτρα που έχουμε λάβει, μπορεί να είναι αντιδράσεις από το παρελθόν, είτε από παλαιότερα γεγονότα σε αυτή μας τη ζωή είτε σε κάποια προηγούμενη ζωή μας.

Αλλά και το αντίθετο. Μπορεί να μην έχουμε προσπαθήσει σκληρά και να έχουμε καλή έκβαση σε κάτι δύσκολο. Μπορεί να έχουμε καλή τύχη σε κάτι, χωρίς να το περιμένουμε, να κερδίσουμε ένα βραβείο ή να αποκτήσουμε απρόσμενα χρήματα. Ακόμα, μπορεί να συναντήσουμε ένα ιδιαίτερο άτομο, να το ερωτευθούμε και να το παντρευτούμε. Μπορεί να μας συναντήσει η τύχη από το πουθενά. Όλα αυτά τα συμβάντα, το ίδιο καλά και κακά, που έρχονται σε εμάς χωρίς προσπάθεια είναι συνήθως το αποτέλεσμα του παρελθόντος κάρμα μας (pralabda karma = μοίρα).

Μερικοί άνθρωποι χρησιμοποιούν το κάρμα σαν μια δικαιολογία, όταν κάνουν κάποιο λάθος. Όμως, όταν έρθει η ώρα να κάνουμε μια επιλογή, καλή ή κακή, όπως το πώς θα αντιδράσουμε σε μια συγκεκριμένη περίσταση, αυτό συνήθως καθορίζεται από την ελεύθερη μας βούληση. Δεν είναι καθορισμένο εάν εμείς θα παραβιάσουμε το νόμο ή αν θα πληγώσουμε κάποιον ή αν θα τον κλέψουμε. Αυτά είναι επιλογές που κάνουμε με την ελεύθερή μας βούληση. Ακόμα, δεν μπορούμε να κατηγορήσουμε τον Θεό και το κάρμα μας για τα ελαττώματά μας. Ίσως ερχόμαστε στη ζωή με τις ροπές του νου μας και με τη δική μας προσωπικότητα, αλλά ό,τι κάνουμε εξαρτάται από τη δική μας επιλογή και τη δική μας ελεύθερη βούληση.

Όπως ο Ζήνωνας και ο σκλάβος του χρησιμοποίησαν τη μοίρα ως δικαιολογία για τις πράξεις τους, έτσι και εμείς αν κάνουμε κάτι παρόμοιο με την ελεύθερή μας βούληση, δημιουργούμε τις προϋποθέσεις για να υποστούμε κάποια αντίδραση. Το αρχικό μας λάθος ίσως να οφείλεται στην ελεύθερη μας βούληση, αλλά η συνέπεια, στη συνέχεια, θα είναι το καρμικό χρέος που θα εισπράξουμε.

Καθώς ζούμε τη ζωή μας, μπορούμε να ζούμε με την αρχή τού «*Να είμαστε καλοί*», όπως έλεγε ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ: Έχουμε την ελεύθερη βούληση να διαλέξουμε ανάμεσα στο να

πράξουμε το καλό ή το κακό. Χρειάζεται να αναλάβουμε τις ευθύνες για τις πράξεις μας, καθώς για οτιδήποτε επιλέξουμε, θα λάβουμε κάποια επιβράβευση ή θα υποστούμε κάποια τιμωρία».

Αντί να ξοδεύουμε χρόνο συλλογιζόμενοι ποιο είναι το κάρμα μας και τι είναι η ελεύθερη βούληση, είναι καλύτερο να σκεπτόμαστε ότι έχουμε επιλογές να κάνουμε και ότι πρέπει πάντα να επιλέγουμε να κάνουμε το καλό και όχι το κακό.



Πνευματική ζωή

Διαλέγοντας τη Σκοτεινή ή τη Χρυσή Εποχή

Στην αρχαία Ινδία, ένας από τους αρχηγούς της ήταν ο Γιουντισθίρα που έζησε σε μια εποχή, όπου οι πνευματικές αξίες υπερίσχυαν και οι άνθρωποι ήταν γεμάτοι με αρετές. Ήταν μια περίοδος που η πνευματικότητα εθεωρείτο πιο σημαντική από τον υλικό πλούτο.

Στα τελευταία δέκα χρόνια της εξουσίας του, ο Γιουντισθίρα άρχισε να παρατηρεί μια αλλαγή στους ανθρώπους. Οι άνθρωποι άρχισαν να απαντούν στο κάλεσμα του κατώτερου εαυτού τους και σταμάτησαν να ακούν τη συνείδησή τους. Τότε, σκέφθηκε πως η Κάλι Γιούγκα ή Σκοτεινή Εποχή θα εμφανιζόταν στον κόσμο.

Καθώς ο Γιουντισθίρα βρισκόταν στο βασίλειό του, δύο άντρες ζήτησαν να έχουν ακρόαση μαζί του. Είχαν μεταξύ τους κάποια διαφορά και ήθελαν να την επιλύσουν, γι᾿ αυτό πήγαν να τον συμβουλευτούν.

Ο ένας άντρας είπε: *«Έχω αγοράσει μια έκταση γης από αυτόν τον άνθρωπο και αφού μου την πούλησε, ανακάλυψα ότι μέσα σε αυτή υπήρχε θαμμένος ένας θησαυρός. Εφόσον αγόρασα μόνο τη γη από εκείνον, θέλω να του επιστρέψω το θησαυρό. Εγώ δεν αγόρασα το θησαυρό και επομένως, αυτός είναι ο νόμιμος κάτοχός του»*.

Ο Γιουντισθίρα ευχαριστήθηκε από την ειλικρίνεια του ανθρώπου που αγόρασε τη γη, γιατί ομολόγησε ότι είχε βρει το θησαυρό και μάλιστα ακόμη περισσότερο, γιατί ήθελε να τον επιστρέψει.

Ο άντρας που πούλησε τη γη είπε:

«*Είναι αλήθεια ότι ο θησαυρός ήταν δικός μου, αλλά όταν του πούλησα τη γη, έγινε κάτοχος και της γης και σε οτιδήποτε υπάρχει σε αυτή. Γι' αυτό, θα ήθελα να κρατήσει το θησαυρό*».

Ο άντρας που αγόρασε τη γη είπε:

«*Σε παρακαλώ, πάρε το θησαυρό σου πίσω. Δε θέλω να κουβαλάω την αμαρτία στο λαιμό μου, παίρνοντας κάτι που δεν είναι δίκαια δικό μου*».

Ο πωλητής είπε:

«*Κοίτα, σου έχω πουλήσει τη γη μαζί με οτιδήποτε υπάρχει σε αυτήν. Δεν μπορώ να δεχτώ το θησαυρό που τώρα ανήκει σε εσένα. Σε παρακαλώ, μη με βάζεις σε πειρασμό και μη με οδηγείς στην απληστία*».

Ο Γιουντισθίρα ήταν πολύ ευχαριστημένος με την ανώτερη συμπεριφορά των δύο αντρών. Οι άντρες που πήγαν και τον βρήκαν του είπαν:

«*Δεν μπορούμε να συμφωνήσουμε στο τι να κάνουμε, αφού και οι δύο θέλουμε να δώσουμε το θησαυρό ο ένας στον άλλον. Μαλώνουμε για αυτό το ζήτημα επί μέρες και θα θέλαμε να βάλεις εσύ τα πράγματα στη θέση τους*».

Ο Γιουντισθίρα σκέφθηκε την υπόθεση και είπε μέσα του:

«*Αυτοί οι δύο άνθρωποι συμπεριφέρονται με πολύ ευγενικό τρόπο και είναι ηθικοί. Μπορώ να δω ότι η Κάλι Γιούγκα ή Σκοτεινή Εποχή δεν έχει εμφανιστεί ακόμα στον κόσμο. Ας περιμένω να δω τι θα συμβεί*».

Έτσι, ο Γιουντισθίρα τους είπε:

«*Θέλω να ξανάρθετε σε μένα σε μια εβδομάδα, για να σκεφθώ εν τω μεταξύ αυτή την υπόθεση*». Μετά από αυτό, οι άντρες έφυγαν.

Μια εβδομάδα αργότερα, οι δύο άνδρες επέστρεψαν, όμως κάτι είχε δραματικά αλλάξει. Η υπόθεση που παρουσίασαν στο βασιλιά αυτή τη φορά ήταν διαφορετική. Τώρα διαφωνούσαν, θέλοντας και οι δυο να κρατήσουν το θησαυρό για τον εαυτό τους.

Ο πωλητής είπε:

«*Αποφάσισα ότι ο θησαυρός ανήκει σε εμένα. Του πούλησα τη γη αλλά όχι το θησαυρό*».

Ο αγοραστής είπε:

«*Αυτό δεν είναι δίκαιο! Αφού αγόρασα τη γη, οτιδήποτε υπάρχει στη γη ανήκει σε εμένα!*»

Ο Γιουντισθίρα είδε ότι η απληστία είχε τώρα καταβάλει το μέτρο της ηθικής τους. Συνειδητοποίησε ότι αυτό ήταν ένα σημάδι ότι η Κάλι Γιούγκα ή Σκοτεινή Εποχή πραγματικά πλησίαζε, γι᾽ αυτό κανόνισε να παντρέψει το γιο του ενός με την κόρη του άλλου, για να κρατηθεί ο θησαυρός στην οικογένεια. Συγχρόνως, συνειδητοποίησε ότι η εποχή της πνευματικότητας και της ηθικής ζωής είχε έρθει στο τέλος της.

Είτε ζούμε στη μια εποχή είτε στην άλλη, κάθε ανθρώπινο ον έχει την επιλογή να διαλέξει πώς επιθυμεί να ζήσει. Είναι μια επιλογή που ο καθένας μπορεί να κάνει σε αυτό τον κόσμο. Κάθε μέρα κάνουμε την επιλογή μας, είτε να υποκύπτουμε στην απληστία και τους πειρασμούς της Σκοτεινής Εποχής είτε να διαλέγουμε να ζούμε σύμφωνα με τις πνευματικές αξίες της Χρυσής Εποχής. Ζώντας μια πνευματική ζωή σημαίνει να διαθέτουμε χρόνο σε διαλογισμό, έτσι ώστε να επανενώσουμε την ψυχή μας με τον Θεό και ακόμα σημαίνει να συμπεριφερόμαστε με έναν ηθικό τρόπο. Σημαίνει να επιλέγουμε το καλό αντί του κακού, τη μη βιαιότητα αντί της βιαιότητας, την Αγάπη έναντι του μίσους, την ανιδιοτελή προσφορά αντί της απληστίας και την αλήθεια αντί της ψευτιάς.



Ζώντας με ανθρώπους που σκέφτονται παρόμοια με εμάς

Οι παρέες που έχουμε είναι καθοριστικές για την πνευματική μας ανάπτυξη. Λέγεται: «*Δείξε μου το φίλο σου να σου πω ποιος είσαι*». Αν περνάμε την ώρα μας με πλούσιους ανθρώπους, θα σκεφτόμαστε τα χρήματα όλη την ώρα. Αν βρι-

σκόμαστε συχνά με μέθυσους, θα παρασυρόμαστε να πίνουμε. Αν συχνάζουμε με χαρτοπαίκτες, εύκολα θα επηρεαζόμαστε στο να χαρτοπαίζουμε. Αν συναναστρεφόμαστε ανθρώπους που μαλώνουν, θα τείνουμε να γίνουμε και εμείς επιθετικοί.

Η ακόλουθη διήγηση από τη ζωή ενός σπουδαίου Κινέζου διανοούμενου, του Μένσιου, αναφέρεται ακριβώς σε αυτό το σημείο.

Η μητέρα του Μένσιου ήταν μια σοφή γυναίκα, όπως συνήθως είναι οι μητέρες. Κατά τη διάρκεια της ζωής της, μετακόμισε τρεις φορές για χάρη του γιου της, του Μένσιου. Στην αρχή ζούσαν κοντά σε ένα νεκροταφείο και κάποια μέρα, η μητέρα ανακάλυψε ότι ο γιος της υποκρινόταν ότι πενθούσε, για να μιμηθεί αυτούς που έβλεπε καθημερινά στο νεκροταφείο να πενθούν. Καθώς τα παιδιά είναι παρατηρητικά, του Μένσιου του άρεσε να βλέπει τη συμπεριφορά αυτών που πενθούσαν και να θέλει να τους μιμηθεί. Η μητέρα του πανικοβλήθηκε, όταν κατάλαβε τι συμβαίνει και έτσι, αποφάσισε να αλλάξει σπίτι, για να απομακρυνθεί από το νεκροταφείο.

Στη συνέχεια, μετακόμισε σε μια περιοχή με αγορές και παζάρια. Αλλά λίγο καιρό αργότερα, παρατήρησε το γιο της τον Μένσιο ότι είχε αρχίσει να παίζει το ρόλο του καταστηματάρχη. Άπλωνε στο δρόμο πράγματα από το σπίτι τους υποδυόμενος πως είχε ένα μαγαζί και προσπαθούσε να τα πουλήσει. Ακόμα, άρχισε να μαλώνει με τους άλλους ανθρώπους, όπως είχε δει να μαλώνουν οι καταστηματάρχες με τους πελάτες τους και με τους άλλους καταστηματάρχες. Η μητέρα του ανησύχησε για την επιρροή αυτού του περιβάλλοντος στη συμπεριφορά του γιου της και έτσι, αποφάσισε πάλι να φύγει και από αυτή τη γειτονιά και να πάει σε μια άλλη.

Την επόμενη φορά, η μητέρα του διάλεξε ένα σπίτι κοντά σε ένα σχολείο. Σύντομα, βρήκε το Μένσιο να μιμείται τους διανοούμενος, ερευνώντας διάφορα θέματα μέσα από βιβλία και μαθαίνοντας λεπτομέρειες για αυτά. Ήταν ευτυχισμένη, γιατί αυτή ήταν η πιο χρήσιμη επιρροή που μπορούσε να υπάρξει για το γιο της. Έτσι, ο Μένσιος μεγάλωσε και έγινε ένας από

τους πιο φημισμένους Κινέζους διανοουμένους.

Αυτή η ιστορία δείχνει τη σοφία και τη θυσία της μητέρας για το παιδί της, προκειμένου να του δώσει ό,τι καλύτερο στη ζωή και ακόμα, δείχνει τη δύναμη της επιρροής που ασκούν οι φίλοι στους ανθρώπους.

Αν επιθυμούμε να γίνουμε καλλιτέχνες, θα πρέπει να περνάμε το χρόνο μας με καλλιτέχνες. Αν επιθυμούμε να γίνουμε γιατροί, πρέπει να αφιερώνουμε χρόνο με ανθρώπους που ασχολούνται με το ιατρικό επάγγελμα. Αν επιθυμούμε να αναπτύξουμε τις αρετές, πρέπει να επιδιώκουμε τη συναναστροφή με ανθρώπους που δείχνουν καλοσύνη. Αν επιθυμούμε να είμαστε πνευματικοί, πρέπει να αφιερώνουμε χρόνο στη συντροφιά πνευματικά σκεπτόμενων ανθρώπων.

Οι ζωές μας είναι πολύτιμες. Ερχόμαστε εδώ με έναν προκαθορισμένο αριθμό αναπνοών. Μέσα σε αυτό το χρόνο που μας έχει δοθεί, χρειάζεται να εκπληρώσουμε το σκοπό της ζωής μας. Μπορούμε να καλλιεργήσουμε την πνευματικότητα και να εξυπηρετούμε τους άλλους. Ξοδεύοντας χρόνο με ανθρώπους που μας τραβούν προς τα κάτω και αποσπούν την προσοχή μας μακριά από αυτούς τους στόχους, κάνουμε σπατάλη των αναπνοών μας.

Πρέπει να πάρουμε μια απόφαση για το τι θέλουμε στη ζωή. Αφού πάρουμε την απόφαση, πρέπει να εργαστούμε προς αυτό το στόχο. Περνώντας χρόνο με ανθρώπους που σκέφτονται παρόμοια με εμάς και έχουν τους ίδιους στόχους με εμάς, θα βοηθηθούμε στο να επισπεύσουμε τα βήματά μας προς την πραγμάτωση του σκοπού της ζωή μας.

Προσευχή και διαλογισμός

Ο αληθινός σκοπός της προσευχής

Αν κάποιος περνούσε μια μέρα μαζί με τον Θεό και άκουγε όλες τις προσευχές που έφθαναν στο αυτί του Θεού, θα έβλεπε ότι οι περισσότερες από αυτές κατατάσσονται σε δύο κατηγορίες. Η μια κατηγορία είναι προσευχές στον Θεό, για να Του ζητήσουν κάτι. Η άλλη κατηγορία είναι προσευχές στον Θεό από φόβο, ζητώντας Του να τους γλυτώσει από τις αντιδράσεις των αμαρτημάτων τους.

Το παρακάτω διήγημα από τη ζωή μιας σπουδαίας Σούφι αγίας, της Ράμπια Μπάσρι, αναδεικνύει μια νέα προοπτική στο ζήτημα της προσευχής.

Η Ράμπια παρατηρούσε πολλούς ανθρώπους να πηγαίνουν σε μέρη λατρείας και να κάνουν διάφορες τελετουργίες ενώ προσεύχονταν. Είδε πολλούς ανθρώπους να απαγγέλλουν συγκεκριμένες λέξεις (mantra) ενώ έκαναν συγκεκριμένες ιεροτελεστίες και κάποτε είπε σε κάτι κοντινούς της φίλους: «*Βρίσκω τους περισσότερους ανθρώπους να προσεύχονται, για να κερδίσουν κάποιο όφελος από τον Θεό ή ακόμα προσεύχονται, για να εισέλθουν στον παράδεισο και να αποφύγουν την κόλαση*». Τότε οι φίλοι της ρώτησαν: «*Αν δεν είναι έτσι, τότε ποιος είναι ο αληθινός σκοπός της προσευχής;*»

Η Ραμπία απάντησε: «*Για μένα, προσευχή είναι ένας τρόπος να βρεθούμε στην παρουσία του Θεού και να έχουμε προσωπική επικοινωνία μαζί Του*».

Η Ράμπια ποτέ δε στηρίχτηκε στη μηχανική επανάληψη προσευχών (mantra), ως μέσο για να κερδίσει την ευλογία του

Θεού. Οι προσευχές της ήταν αυθόρμητες κραυγές της καρδιάς, κραυγές πόθου για την ένωση της με τον Αγαπημένο της.

Οι προσευχές της έβγαιναν μέσα από το πλημμύρισμα της ψυχής της. Σε μια τέτοια προσευχή της έλεγε: «*Ω Κύριε, οποιοδήποτε μερίδιο από δώρα και επιτεύγματα αυτού του κόσμου μου αναλογούν, σε παρακαλώ, δώσε τα αντί σε εμένα στους εχθρούς Σου, σε εκείνους που θα καταριούνταν και θα δυσφημούσαν το Όνομα Σου. Ό,τι μερίδιο μου δίνεις από δώρα του άλλου κόσμου, από τον παράδεισο, σε παρακαλώ, καλύτερα δώσε τα στους φίλους Σου ή σε εκείνους που σε αγαπούν, Θεέ μου. Και όσο για μένα, ω Κύριε, Εσύ είσαι αρκετός!*»

Η Ράμπια είχε αντιληφθεί την αλήθεια που έχουν εκφράσει οι άγιοι όλων των εποχών και όλων των θρησκειών. Αυτοί δεν προσεύχονταν στον Θεό για σκοπούς εγκόσμιους. Δεν προσεύχονταν για να κερδίσουν το προνόμιο να μπουν στον παράδεισο. Οι μεγαλύτεροι άγιοι και μύστες ήταν εραστές του Θεού και προσεύχονταν μόνο για να Τον δουν και τελικά, να ενωθούν μαζί Του.

Κατά μια εγκόσμια έκφραση, η κατάστασή τους μοιάζει με αυτή των ερωτευμένων. Όταν δύο άνθρωποι είναι ερωτευμένοι, είναι ευχαριστημένοι απλώς και μόνο με τη μεταξύ τους συντροφιά. Όταν κάποια γιορτή πλησιάζει και ρωτά ο ένας τον άλλον τι θέλει να του ή της αγοράσει, μια τυπική απάντηση είναι: «*Τίποτα, εσύ είσαι αρκετός ή εσύ είσαι αρκετή για εμένα*». Η αγάπη χαρίζει μεγαλύτερη ικανοποίηση και πληρότητα από ό,τι μπορεί να χαρίσει ένα οποιοδήποτε δώρο.

Ομοίως, εκείνοι που είναι ερωτευμένοι με τον Κύριο είναι ευτυχείς, καθώς απολαμβάνουν τη Θεία μακαριότητα. Είναι τόσο απορροφημένοι σε αυτή τη ζεστή Αγάπη, που δε χρειάζονται να ζητήσουν από τον Θεό πράγματα αυτού του κόσμου. Δεν ενδιαφέρονται να προσευχηθούν στον Θεό για υλικό πλούτο, για όνομα ή δόξα ή για κάποια θέση ή εξουσία. Η προσοχή και η επιδίωξή τους είναι στην ένωση με τον Κύριο. Η σκέψη τους είναι: «*Αν ο Θεός κατοικεί στον παράδεισο,*

τότε είναι εκεί που θέλω να βρίσκομαι. Αν ο Θεός κατοικεί στην κόλαση, τότε είναι εκεί που θα προτιμούσα να είμαι. Αν μπορούσα να έχω τη δυνατότητα, θα επιθυμούσα να είμαι διαρκώς με τον Αγαπημένο μου Κύριο».

Η οπτική της Ράμπια ήταν τόσο υψηλή, που αν έμελλε να λάβει δώρα αυτού του υλικού κόσμου, προτιμούσε αντί για την ίδια, ο Θεός να τα δώσει σε εγκόσμιους ανθρώπους που κακολογούν τον Θεό. Γιατί; Ήξερε ότι λαμβάνοντας καλή τύχη από τον Θεό, οι άνθρωποι που είχαν γυρίσει την πλάτη τους στον Κύριο, ίσως έστρεφαν το πρόσωπό τους προς Εκείνον από ευγνωμοσύνη. Είχε τόση Αγάπη για τους συνανθρώπους της, που ήθελε και αυτοί να γνωρίσουν τον Αγαπημένο της. Αν, δίνοντας σε αυτούς το μερίδιο των εγκόσμιων δώρων της, ανάπτυσσε σε αυτούς Αγάπη για τον Θεό, ήταν πρόθυμη να θυσιαστεί για αυτούς.

Επίσης, προσευχόταν όσα δώρα του άλλου κόσμου προορίζονταν για αυτήν να δίδονται αντί στην ίδια, σε εκείνους που δοξολογούσαν τον Θεό. Ένιωθε ότι οι περισσότεροι από εκείνους που είχε συναντήσει και ήταν ευσεβείς και υμνούσαν τον Θεό, το έκαναν διότι αποσκοπούσαν στα δώρα του άλλου κόσμου. Έτσι, ήθελε αυτοί να λάβουν το μερίδιό της, καθώς η ίδια δεν ενδιαφερόταν για δώρα αυτού του είδους. Τι απέμενε τότε για τη Ράμπια; Ήθελε μονάχα τον Θεό. Ο Θεός ήταν αρκετός για αυτήν.

Αν επρόκειτο να περάσουμε μια μέρα κοντά στον Θεό και ακούγαμε τις προσευχές των ανθρώπων, θα βλέπαμε ότι είναι ελάχιστοι αυτοί που προσεύχονται στον Θεό μόνο για τον Θεό. Όμως, τέτοιες προσευχές έλκουν την προσοχή Του. Ο Θεός είναι ο δότης και οι περισσότεροι άνθρωποι θέλουν τα δώρα του Θεού.

Ο Θεός συγκινείται από τις προσευχές εκείνων που θέλουν μονάχα τον Θεό. Αυτός είναι ο αληθινός σκοπός της προσευχής.



Προσευχή και εργασία

Υπάρχει ένα όμορφο γερμανικό γνωμικό που λέει: «*Προσευχήσου με τέτοιο τρόπο, σαν να μη μπορεί καμία εργασία να σε βοηθήσει και εργάσου με τέτοιο τρόπο, σαν να μη μπορεί καμιά προσευχή να σε βοηθήσει*».

Το πρώτο μέρος του γνωμικού λέει ότι πρέπει να προσευχόμαστε σαν να μην μπορεί να μας βοηθήσει καμία πράξη. Σε αυτό το είδος της προσευχής, εστιάζουμε όλη μας την προσοχή στον Θεό. Όλο μας το είναι είναι βυθισμένο στην προσευχή. Είναι σαν να γινόμαστε η ίδια η προσευχή. Όταν προσευχόμαστε με τέτοια ένταση και προσήλωση σε ένα μοναδικό σκοπό, ο Θεός δεν μπορεί να μας αγνοήσει.

Υπάρχει η ιστορία της μητέρας που μαγείρευε φαγητό στην κουζίνα όταν ξαφνικά, το παιδί της στο άλλο δωμάτιο έβγαλε μια στριγκλιά που της πάγωσε το αίμα. Η μητέρα παράτησε ό,τι έκανε και έτρεξε να πάρει το παιδί της και να το ησυχάσει. Λίγες μέρες αργότερα, ενώ η μητέρα μαγείρευε, το παιδί στο άλλο δωμάτιο άρχισε να κλαψουρίζει, αλλά η μητέρα το αγνόησε. Το παιδί, συνειδητοποιώντας ότι η μητέρα το αγνοούσε, προσπάθησε να κλαψουρίσει ξανά, αλλά η μητέρα πάλι το αγνόησε. Τότε, το παιδί δειλά σύρθηκε στην κουζίνα και είπε στη μητέρα του: «*Μανούλα, πώς και την προηγούμενη μέρα ήρθες τρέχοντας όταν έκλαιγα, ενώ σήμερα δεν ήρθες;*»

Η μητέρα απάντησε: «*Την προηγούμενη φορά μπορούσα να ακούσω τον πόνο στη φωνή σου, αλλά σήμερα ήξερα από τον τόνο της φωνής σου ότι απλώς προσποιούσουν για να πάρεις την προσοχή μου*».

Παρόμοια και ο Θεός ξέρει πότε οι προσευχές μας είναι ειλικρινείς. Ο Θεός γνωρίζει πότε κλαίμε αληθινά για τον Θεό. Ο Θεός γνωρίζει πότε είμαστε σε πόνο και χρειαζόμαστε πραγματικά βοήθεια. Αλλά αν είμαστε απλώς χλιαροί στην προσευχή μας, τότε ο Θεός ίσως να ανταποκριθεί ή ίσως και να μην ανταποκριθεί. Για αυτό λέγεται ότι όταν ένας αναζητητής αληθινά λαχταρά τον Θεό, ο Θεός τον ακούει και θα τον

βοηθήσει να βρει το δρόμο που οδηγεί πίσω σ' Αυτόν.

Υπάρχει κι ένα άλλο γνωμικό που λέει: «*Ο Θεός ακούει την ειλικρινή κραυγή ενός μυρμηγκιού που βγαίνει μέσα από την καρδιά του περισσότερο από την δυνατή κλαγγή ενός ελέφαντα*». Αυτό το γνωμικό μας υπενθυμίζει τα λόγια των αγίων πως όταν προσευχόμαστε έντονα για κάτι, με όλη μας την καρδιά, την ψυχή και το νου, θα κατορθώσουμε αυτό που θέλουμε. Μόνο τότε η προσευχή μας θα καρποφορήσει.

Το δεύτερο μέρος του γνωμικού, λέει ότι πρέπει να εργαζόμαστε σαν να μην περιμένουμε ότι θα μας βοηθήσει κάποια προσευχή. Αυτό απευθύνεται σε μια άλλη ομάδα ανθρώπων που δε θα προσευχηθούν, αλλά θα καταβάλλουν κάθε δυνατή προσπάθεια, για να κατορθώσουν αυτό που θέλουν.

Πολλοί έχουν την εντύπωση πως οτιδήποτε επιτυγχάνουν στη ζωή, οφείλεται στις δικές τους προσπάθειες. Δε θυμούνται τον Θεό και δεν Τον καλούν σε βοήθεια. Δεν αντιλαμβάνονται την παρουσία του Θεού ή ότι ο Θεός είναι μια δύναμη που μπορεί να μας βοηθάει. Όμως η αληθινή πνευματικότητα περιλαμβάνει μια σύνθεση και των δύο θέσεων. Δηλαδή, θα πρέπει να επιτελούμε το δικό μας μέρος εργασίας, να αναλαμβάνουμε το δικό μας μερίδιο ευθύνης και μετά, να χρησιμοποιούμε το χρόνο μας για να βοηθήσουμε τους άλλους. Πρέπει να δουλεύουμε όσο πιο σκληρά μπορούμε, για να εκπληρώνουμε τα καθήκοντά μας και να μην περιμένουμε να μας βοηθήσει καμία προσευχή. Με αυτό τον τρόπο, θα διευθετούμε τις υποχρεώσεις μας προς τον εαυτό μας, την οικογένειά μας, την κοινότητά μας και τον κόσμο γύρω μας. Θα είμαστε χρήσιμοι και θα υπηρετούμε τους άλλους. Μετά, αφού καταβάλουμε τις καλύτερες προσπάθειές μας, αν βλέπουμε ότι ακόμη δεν έχουμε επιτύχει, μπορούμε να προσευχηθούμε με όλη μας την καρδιά, την ψυχή και το νου ζητώντας τη βοήθειά Του.

Η πνευματικότητα είναι ένα μονοπάτι θετικού μυστικισμού. Ερχόμαστε σε αυτόν τον κόσμο με συγκεκριμένες ευθύνες. Ίσως πρέπει να στηρίζουμε και να συντηρούμε την οικογένειά μας, ίσως έχουμε έναν συγκεκριμένο ρόλο ή δουλειά που

πρέπει να επιτελέσουμε σε αυτή μας τη ζωή και ακόμα, έχουμε και μια συλλογική ευθύνη στην κοινωνία μας. Δεν μπορούμε να αμελήσουμε αυτά τα καθήκοντα, να εγκατασταθούμε στην κορυφή ενός βουνού διαλογιζόμενοι όλη μέρα, ελπίζοντας ότι ο Θεός θα μας παρέχει τα πάντα. Χρειάζεται να διαθέτουμε χρόνο σε διαλογισμό και ταυτόχρονα να είμαστε συνεπείς στα καθήκοντα που μας αναλογούν στη ζωή. Όταν ο Θεός βλέπει ότι έχουμε κάνει τις πιο δυνατές προσπάθειές μας και αν ακόμα όλες αποτύχουν, αν στραφούμε στον Κύριο, ο Θεός θα μας προσέξει. Αλλά αν απλώς καθόμαστε και χαλαρώνουμε, περιμένοντας τον Θεό να κάνει τα πάντα για εμάς, αυτό δεν πρόκειται να αποδώσει.

Το ίδιο ισχύει και για τους διαλογισμούς μας. Δεν πρέπει να σκεφτόμαστε ότι αν διαλογιζόμαστε μόνο για μερικά λεπτά μια φορά κάθε μερικούς μήνες, ο Θεός θα μας επιβραβεύσει. Θα πρέπει να διαθέτουμε τον απαιτούμενο χρόνο με ακρίβεια και πλήρη αφοσίωση. Πρέπει να διαλογιζόμαστε τακτικά, με ακρίβεια και με πλήρη συγκέντρωση. Τότε, αν έχουμε κάνει το κομμάτι που μας αναλογεί, την προσπάθεια δηλαδή και δεν κατορθώνουμε ό,τι επιθυμούμε, θα πρέπει να προσευχηθούμε στον Θεό με όλη μας την καρδιά, την ψυχή και το νου για βοήθεια. Αν η λαχτάρα μας είναι ειλικρινής, ο Θεός θα μας ακούσει.

Πρέπει να εξετάσουμε αυτές τις δύο όψεις του εαυτού μας. Διαθέτουμε χρόνο καταβάλλοντας κάθε δυνατή προσπάθεια, *σαν καμία προσευχή* να μην μπορεί να μας βοηθήσει; Και αφού το κάνουμε αυτό, προσευχόμαστε στον Θεό, *σαν καμία προσπάθεια* να μην μπορεί να καρποφορήσει; Αν κάνουμε αυτά τα δύο πράγματα, θα δούμε ότι η πρόοδός μας σταθερά θα προχωρήσει ανοδικά και θα ευλογηθούμε από τον Θεό.



Τι πρέπει να ζητάμε από τον Θεό;

Αν ακούγαμε το πλήθος των προσευχών που στέλνονται από τους ανθρώπους στον Θεόν κάθε μέρα, θα τις χωρίζαμε

σε διάφορες κατηγορίες. Μερικοί άνθρωποι προσεύχονται για υλικό πλούτο, για περιουσία και για αντικείμενα αυτού του κόσμου. Άλλοι προσεύχονται για καλή υγεία ή για την εκ θαύματος θεραπεία μιας ασθένειας, είτε για τους εαυτούς τους είτε για κάποιον αγαπημένο τους. Άλλοι που κινδυνεύουν, προσεύχονται για να σώσουν τη ζωή τους ή για τη ζωή αυτών που αγαπούν. Μερικοί προσεύχονται για φήμη και δόξα. Άλλοι πάλι για διασημότητα, δύναμη και για να κατακτήσουν μια υψηλόβαθμη θέση. Μερικοί προσεύχονται για επιτυχία. Μερικοί προσεύχονται για να βελτιωθεί μια σχέση τους. Μερικοί προσεύχονται να βρούν ένα σύζυγο, μια σύζυγο ή για να αποκτήσουν ένα παιδί. Πιθανόν να αναρωτιόμαστε αν ορισμένες από αυτές τις προσευχές είναι καλύτερες από τις άλλες. Ίσως και να αναρωτιόμαστε για ποιο πράγμα ο Θεός προτιμά να προσευχηθούμε.

Η ακόλουθη ιστορία δίνει μια κάποια απάντηση σε αυτή την ερώτηση. Λέγεται ότι μια φορά υπήρχε ένας βασιλιάς με πολλές βασίλισσες. Η ανάγκη όμως απαιτούσε να τις αφήσει για λίγο καιρό και να ταξιδέψει στο εξωτερικό. Έτσι, ρώτησε την καθεμία από τις βασίλισσές του τι επιθυμούσε να της φέρει, γυρνώντας από το ταξίδι του. Μια βασίλισσα του ζήτησε να της φέρει κοσμήματα. Μια άλλη βασίλισσα του ζήτησε να της φέρει ρούχα που να είναι όμορφα σχεδιασμένα. Μια άλλη του ζήτησε καλλυντικά. Μια άλλη πάλι βασίλισσα του ζήτησε διακοσμητικά αντικείμενα για το σπίτι. Μια άλλη βασίλισσα του ζήτησε άγνωστα για την περιοχή τους εδέσματα που θα ήταν πλούσια και γευστικά. Στο τέλος, ο βασιλιάς ρώτησε και τη νεότερη από τις βασίλισσες τι δώρο ήθελε να της φέρει. Η βασίλισσα αυτή αγαπούσε ειλικρινά το βασιλιά και του είπε ότι δεν ήθελε να της φέρει τίποτα, ότι το μόνο πράγμα που ήθελε ήταν να επιστρέψει γρήγορα σε εκείνη. Του είπε ακόμη ότι θα πονούσε και θα τον λαχταρούσε όσο έλειπε και τον παρακάλεσε να επιστρέψει σύντομα.

Ο βασιλιάς πήγε στο εξωτερικό και πριν επιστρέψει, σιγουρεύτηκε ότι είχε βρει το καθετί από τα πράγματα που οι βασί-

λισσες του είχαν ζητήσει. Αγόρασε ακριβά κοσμήματα για τη μια σύζυγο και όμορφα ρούχα για την άλλη. Αγόρασε καλλυντικά, στολίδια και εδέσματα για τις άλλες τρεις συζύγους και όταν έφτασε στο σπίτι του, έστειλε στα ιδιαίτερα διαμερίσματά τους τα δώρα που είχε φέρει σε καθεμιά από τις βασίλισσες. Ο ίδιος πήγε κατευθείαν στο διαμέρισμα της βασίλισσας που τον αγαπούσε πιο πολύ και που επιθυμούσε μόνο τον ίδιο. Ήταν ευχαριστημένος που υπήρχε μια βασίλισσα που δεν ενδιαφερόταν για τα πλούτη και που ήθελε μόνο αυτόν.

Η βασίλισσα ευχαρίστησε τον Θεό για τη Χάρη που της δόθηκε, που ο σύζυγός της ήταν μαζί της και δε χρειαζόταν τίποτα άλλο. Παρόλο που οι υπόλοιπες βασίλισσες έλαβαν ό,τι ζήτησαν, καμιά από αυτές δεν είχε την καλή τύχη να λάβει την προσοχή του συζύγου της. Όλα τα πλούτη που είχαν ήταν άχρηστα χωρίς την αγάπη του.

Αυτή η ιστορία περιγράφει την κατάστασή μας σε σχέση με τον Θεό. Οι περισσότεροι άνθρωποι ζητούν από τον Θεό αντικείμενα του κόσμου που είναι φθαρτά. Όλοι θέλουν κάποιου είδους δώρα. Όμως, μόνο οι αληθινοί εραστές του Θεού δε ζητούν από τον Θεό τίποτα άλλο, παρά μόνο τον ίδιο τον Θεό. Δεν ενδιαφέρονται για πλούτη. Δε νοιάζονται για φήμη ή για δόξα. Δεν ενδιαφέρονται για τίποτα που να ανήκει σε αυτό τον κόσμο. Το μόνο που θέλουν είναι τον ίδιο τον Θεό.

Όταν παίρνουμε δώρα αυτού του κόσμου, δεν αισθανόμαστε πλήρη ικανοποίηση. Πάντα είναι κάτι που μας λείπει και πάντα αισθανόμαστε ανικανοποίητοι. Νιώθουμε σαν να υπάρχει κάτι άλλο που λείπει και που θα το θέλαμε. Όμως, τα δώρα αυτού του κόσμου δεν έχουν αξία, αν δεν έχουμε τον Θεό. Μιας και έχουμε τον Θεό, τότε δεν χρειαζόμαστε τίποτε άλλο για να μας κάνει ευτυχισμένους.

Αν επιθυμούμε να προσευχόμαστε στον Θεό για αυτό το οποίο ο Ίδιος θέλει πιο πολύ να μας δώσει, τότε πρέπει να προσευχόμαστε στον Θεό για τον Θεό. Αυτή είναι η υπέρτατη προσευχή.

Ανεκτικότητα και συγχώρεση

Να είμαστε ανεκτικοί με τους άλλους

Υπάρχει μια ιστορία ενός ευσεβούς άντρα από τη Μέση Ανατολή που είχε τη συνήθεια να μην τρώει πρωινό κάθε πρωί, μέχρι ένα πεινασμένο άτομο να έλθει και να μοιραστεί το πρωινό μαζί του. Ένιωθε ότι θα έπρεπε να μοιράζεται την τροφή του με εκείνους που ήταν σε ανάγκη.

Κάποια μέρα, ένας φτωχός ηλικιωμένος περνούσε από εκεί και καθώς ο ευσεβής άντρας τον είδε, τον κάλεσε να μοιραστεί το πρωινό μαζί του. Ο ηλικιωμένος άντρας τον ευχαρίστησε επανειλημμένα. Μετά, κάθισε στο τραπέζι να τον συντροφεύσει. Καθώς άρχισαν να λένε μια προσευχή πριν το φαγητό, ο ηλικιωμένος άντρας είπε φωναχτά μια προσευχή, απευθυνόμενος σε ειδωλολατρικούς θεούς. Αυτό τρομοκράτησε τον ευσεβή άντρα που πίστευε σε έναν μοναδικό Θεό. Ένιωσε ότι ο φιλοξενούμενος άντρας ήταν άθεος και αυτό τον ανησύχησε. Τινάχτηκε πάνω και διέταξε το γέρο άνθρωπο να φύγει από το τραπέζι, λέγοντάς του: «*Αν πιστεύεις στους ειδωλολατρικούς θεούς, τότε δε σε θέλω στο σπίτι μου!*». Ο γέρος έφυγε τρομαγμένος.

Όταν ο ευσεβής άνθρωπος επέστρεψε στο τραπέζι του, άκουσε τον Θεό να του μιλάει και να του λέει:

«*Με ποιό δικαίωμα έδιωξες αυτό το γέρο άνθρωπο;*»

Ο ευσεβής άντρας είπε:

«*Δεν πίστευε σε Σένα*».

Ο Θεός του απάντησε:

«*Κοίτα εδώ! Γνωρίζω ότι δεν πιστεύει σε εμένα. Ωστό-*

σο, παρέχω στον ειδωλολάτρη αυτό άνθρωπο φαγητό κάθε μέρα για ογδόντα χρόνια, έστω και αν δε με πιστεύει. Εσύ δεν μπορούσες να τον ανεχτείς ούτε για ένα γεύμα;»

Η πιο πάνω ιστορία μας δίνει ένα δυνατό μήνυμα. Μερικές φορές, γινόμαστε ευχάριστοι σε ανθρώπους που έχουν τα δικά μας πιστεύω και το δικό μας τρόπο σκέψης και κοιτάζουμε περιφρονητικά τους άλλους. Μερικές φορές, δεν καταλαβαίνουμε ή δεν ανεχόμαστε τους άλλους με τα λάθη τους. Αλλά αν σκεφτούμε την πιο πάνω ιστορία, θα συνειδητοποιήσουμε ότι ανεξαρτήτως πόσο κακός είναι κάποιος, ο Θεός του δίνει όλα όσα του χρειάζονται για να ζήσει και ανέχεται ένα ευρύ φάσμα από τις αδυναμίες των ανθρώπων. Υπάρχουν άνθρωποι που λένε ψέματα, άλλοι που εξαπατούν, που κοροϊδεύουν τους άλλους. που δυσφημούν κάποιους άλλους. Υπάρχουν άνθρωποι που πληγώνουν άλλους και ακόμη και τους σκοτώνουν. Υπάρχουν άνθρωποι που κλέβουν και άνθρωποι που είναι εγωιστές. Τόσοι πολλοί άνθρωποι με πολυάριθμα ελαττώματα ζουν πάνω στη γη. Υπάρχουν ανθρωποι που πιστεύουν στον Θεό και υπάρχουν άνθρωποι που είναι άθεοι ή αγνωστικιστές. Όμως, ο Θεός δίνει ζωή σε όλους. Ο Θεός παρέχει τροφή και νερό, αέρα και φως στον καθένα από αυτούς. Αν ο Θεός παρέχει το καθετί για όλα τα είδη των ανθρώπων, παρ᾽ όλα τα ελαττώματά τους, τότε σίγουρα ο καθένας από εμάς θα μπορούσε να κάνει το ίδιο.

Ακόμη και στο Πνευματικό Μονοπάτι, πολλοί νιώθουν πως οι ίδιοι είναι δίκαιοι και κριτικάρουν άλλους που δε διαλογίζονται τόσο όσο εκείνοι, άλλους πως δεν προσφέρουν τις υπηρεσίες τους όσο εκείνοι κι άλλους που δε ζουν σύμφωνα με τις ηθικές αξίες, όπως αυτοί. Μερικοί άνθρωποι κάνουν οξεία κριτική για τα λάθη των άλλων. Όμως, έχουμε ποτέ αναλύσει τον εαυτό μας; Μας έχουν αναθέσει κάποιο καθήκον να γίνουμε αναμορφωτές των άλλων; Όχι. Επομένως, θα πρέπει να είμαστε ανεκτικοί με τα σφάλματα των άλλων. Ο Θεός γνωρίζει τα λάθη του καθενός. Ο Θεός βλέπει όλα όσα κάνουμε και οτιδήποτε κάνει ο καθένας μας. Αν ο Θεός διαρκώς ανέχεται τα

σφάλματα των άλλων, τότε γιατί δεν κάνουμε και εμείς το ίδιο;

Το μήνυμα αυτής της ιστορίας είναι ότι πρέπει να είμαστε ευγενικοί και στοργικοί προς όλους. Πρέπει να σεβόμαστε και να ανεχόμαστε τους ανθρώπους που έχουν διαφορετικά πιστεύω και συνήθειες από αυτές που εμείς έχουμε. Πρέπει να ανεχόμαστε ακόμη και αυτούς που νιώθουμε ότι δεν πιστεύουν στον Θεό ή δεν πιστεύουν στον Θεό με τον τρόπο που πιστεύουμε εμείς. Ο Θεός έχει φτιάξει τον κόσμο με ανθρώπους που ακολουθούν πολλές διαφορετικές θρησκείες και αδιακρίτως, παρέχει τα πάντα στον καθένα από αυτούς. Ας πάρουμε ένα μάθημα και ας σιγουρευτούμε ότι έχουμε ανεκτικότητα προς τους άλλους, καθώς βαδίζουμε στις λεωφόρους αυτού του κόσμου.

Αν μπορούμε να έχουμε ανεκτικότητα προς τους άλλους, τότε δρούμε ως αληθινά παιδιά του Κυρίου. Ο Θεός είναι Αγάπη και όταν δείχνουμε και εμείς ανεκτικότητα προς τους άλλους, γεμίζουμε την καρδιά μας με Αγάπη και έτσι, κερδίζουμε την εύνοια του Θεού.

Φωτισμένη ζωή

Φωτισμένη ζωή

Υπάρχει ένα απόφθεγμα του μεγάλου Έλληνα φιλοσόφου, Σωκράτη, που κάποτε είπε: «*Οι προσευχές μας πρέπει να είναι μόνο προσευχές ευχαριστίας, δεν χρειαζόμαστε προσευχές ικεσίας, γιατί ο Θεός γνωρίζει καλύτερα τι είναι καλό για εμάς*».

Αυτό το απόφθεγμα προτρέπει σε μια προσευχή όπου ζητάμε στον Θεό «*να μας δώσει ό,τι είναι καλό για εμάς*». Κάθε φορά που ζητάμε κάτι από τον Θεό και Εκείνος συνεχώς μας το αρνείται, είναι επειδή του ζητάμε κάτι που δεν είναι για το καλό μας. Υπάρχουν πολλές περιπτώσεις που επιμένουμε και Του ζητάμε κάτι επανειλημμένα και δεν εγκαταλείπουμε τις προσπάθειές μας. Τότε, μερικές φορές, μας δίνεται ένα μάθημα, γιατί όταν τελικά μας παραχωρηθεί αυτό που ζητάμε, βλέπουμε αργότερα ότι αυτό που πήραμε δεν ήταν για το καλό μας. Μερικές φορές, κυνηγούμε κάτι και όταν το επιτύχουμε, μετά από λίγο λέμε: «*Καλύτερα να μην το είχαμε επιτύχει και να είχαμε αφήσει τον Θεό να μας δώσει αυτό που Εκείνος θα έκρινε*».

Έχουν υπάρξει πολλά παραδείγματα στα οποία οι άνθρωποι προσευχήθηκαν στον Θεό για κάτι και ο Θεός δεν πραγματοποίησε την επιθυμία τους. Αν και τότε στεναχωρέθηκαν, αργότερα κατάλαβαν ότι αν είχαν λάβει αυτό που επιθυμούσαν, θα ήταν μια δυστυχία για αυτούς. Θα επιτρέψει μια μητέρα να πάρει το παιδί της δηλητήριο; Το παιδί ίσως κλάψει για αυτό και ίσως θυμώσει, αλλά αν είναι δηλητήριο, η μητέρα δε

θα του το δώσει σε καμία περίπτωση. Αντίθετα, θα δώσει στο παιδί της αυτό που είναι καλύτερο για εκείνο. Το παιδί ίσως με την απειρία του δεν θα το συνειδητοποιήσει εκείνη τη στιγμή, αλλά καθώς μεγαλώνει και μαθαίνει, θα είναι ευγνώμων για όλα τα πράγματα που η μητέρα του αρνήθηκε να του δώσει, γιατί δε θα του έβγαιναν σε καλό.

Πολλοί άνθρωποι είναι ανήσυχοι όταν κάνουν επιλογές. Βλέπουμε παιχνίδια στα οποία κάποιος πρέπει να διαλέξει αυτό που βρίσκεται ή στο αριστερό χέρι ή στο δεξί χέρι ή πίσω από την πόρτα με το νούμερο ένα ή την πόρτα με το νούμερο δύο. Υπάρχει πολύ άγχος μήπως κάνουμε κάποια λάθος επιλογή. Πώς μπορούμε να κάνουμε τη σωστή επιλογή; Ο τρόπος να σιγουρευτούμε ότι κάνουμε τις σωστές επιλογές σχετικά με αυτό που προσευχόμαστε είναι να προσευχηθούμε στον Θεό να μας δώσει ό,τι είναι καλύτερο για εμάς. Ο Θεός δεν κάνει λάθη.

Από το να προσευχηθούμε για κάτι που ίσως είναι ή ίσως δεν είναι το καλύτερο για εμάς, ας προσευχηθούμε να γίνει το Θέλημα του Θεού για ό,τι μας αφορά. Πόσες φορές έχουμε βρει ότι όταν αφήσαμε τη μοίρα μας στα χέρια του Θεού, τα πράγματα δούλεψαν με τον καλύτερο τρόπο για εμάς; Πόσες φορές πρέπει να συμβεί αυτό σε εμάς, για να έχουμε πίστη και εμπιστοσύνη σε αυτή τη διαδικασία;

Ο Θεός θέλει να επιστρέψουμε Σπίτι. Ο Θεός θέλει να ζήσουμε σε αιώνια ειρήνη και μακαριότητα στον πνευματικό κόσμο. Όταν πάρουμε την απόφαση να επιστρέψουμε στον Θεό, τότε ο Θεός ανοίγει όλες τις πόρτες για εμάς. Έτσι, ας προσευχόμαστε στον Θεό να μας δώσει ό,τι είναι καλύτερο για εμάς! Ο Θεός θα μας δείξει την πιο γρήγορη διαδρομή που οδηγεί πίσω στο αιώνιο Σπίτι μας. Είναι μόνο εμείς που καθυστερούμε την επιστροφή μας στο Σπίτι, προσευχόμενοι για πράγματα που μας οδηγούν σε αντίθετες ή διαφορετικές κατευθύνσεις.

Ποια είναι τα πνευματικά μαργαριτάρια, για να φωτίσουμε τις ζωές μας; Αν χαλαρώσουμε και αφεθούμε στο θέλημα του Θεού, θα βρούμε ότι τα πάντα μακροπρόθεσμα δουλεύουν

για το καλό μας. Ο διαλογισμός είναι μια διαδικασία ανάπαυσης στο θέλημα του Θεού. Ο διαλογισμός μας δίνει στιγμές κατά τις οποίες μπορούμε να αποτινάξουμε κάθε είδους προσκόλληση για το ένα ή το άλλο πράγμα. Είναι η ώρα κατά την οποία καθόμαστε σε ακινησία, εστιάζοντας την προσοχή μας σε Εκείνον και παραδιδόμαστε στο Θέλημά Του. Είναι μια ευκαιρία να αφήσουμε να φύγουν όλα τα “θέλω” και οι επιθυμίες μας. Απλώς καθόμαστε σε δεκτική διάθεση και ζητάμε από τον Θεό να μας δώσει ό,τι είναι καλύτερο για εμάς. Τότε, θα δούμε ότι ο Θεός είναι διατεθειμένος να μας δώσει περισσότερα από όσα θα μπορούσαμε να φανταστούμε. Αυτό είναι το μυστικό για μια φωτισμένη ζωή.

Μέσω του διαλογισμού, θα βρούμε το θησαυρό των πνευματικών μαργαριταριών προς μια φωτισμένη ζωή, η οποία θα μας φέρει ειρήνη, χαρά και μακαριότητα.





ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

http://www.sos.org/el

ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

Πνευματικά μαργαριτάρια

για μια φωτισμένη ζωή

"Ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ εξηγεί πώς η ειρήνη μπορεί να επιτευχθεί μέσω του διαλογισμού και της Εσωτερικής ανάλυσης. Δε θα υπάρξει η διαρκής ειρήνη, αν ο κάθε άνθρωπος ξεχωριστά δεν αποκτήσει την Εσωτερική ειρήνη. Για να επιτευχθεί η Εσωτερική ειρήνη, είναι αναγκαίο να ηρεμήσει ο νους, εδώ έγκειται και η σπουδαιότητα του διαλογισμού. Εκτιμώ απεριόριστα τη συνεισφορά του Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ για την επίτευξη του στόχου της ειρήνης προς τον οποίο όλοι εργαζόμαστε.»

- Α.Η. Δαλάι Λάμα

«Η βαθιά σοφία και οι βαθιές συνειδητοποιήσεις του Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ αναδύονται από τη θεία Αγάπη και την Εσωτερική πραγμάτωση».

- Deepak Chopra

«....βαθύ, με σαφήνεια γραμμένο βιβλίο που άπτεται της πνευματικότητας στην πράξη και μας βοηθάει να αφήσουμε τα εμπόδια που εμείς οι ίδιοι δημιουργούμε και επεμβαίνουν στην επίγνωση της ενότητάς μας με τον Θεό και με όλους.»

- Gerald G. Jampolsky, M.D., author of Love Is Letting Go Fear

«Γερά ριζωμένο στην παραδοσιακή σοφία, ο συγγραφέας αντιμετωπίζει επίκαιρα ερωτήματα και προκλήσεις με σαφήνεια και χωρίς δογματισμό ή διαχωρισμούς… ώστε ο σπόρος της ειρήνης μέσα μας να καρποφορήσει, τόσο στην καθημερινότητά μας όσο και στον κόσμο που ζούμε.»

- Αδερφός David Steindl-Rast

«...μια εμπνευσμένη και ενημερωτική πηγή που μιλάει τόσο στους αρχάριους όσο και στους έμπειρους ταξιδιώτες του μονοπατιού της ζωής.»

- Εκπαιδευτής, καλλιτέχνης και μουσικός Steven Halpern

«Ο διαλογισμός μας ενδυναμώνει σε δύο πνευματικούς τομείς. Πρώτον, μας οδηγεί στην Εσωτερική ειρήνη και την πληρότητα... Δεύτερον, ο διαλογισμός μας επιτρέπει να χρησιμοποιούμε τα ταλέντα και τις ικανότητές μας, για να κάνουμε τον κόσμο ένα καλύτερο μέρος να ζούμε. Ο Ρατζίντερ Σινγκ εμβαθύνει σε αυτές τις ιδέες πολύ όμορφα. Λέει πως τελειοποιώντας το διαλογισμό, δεν επιτυγχάνουμε μόνο την προσωπική μας πραγμάτωση, αλλά γινόμαστε και ένα εργαλείο που φέρει την ειρήνη και τη χαρά στους γύρω μας.»

-Mary Nurrie Stearns, Editor, Personal Transformation

